

Selecciones

NOVIEMBRE 2025

READER'S DIGEST

UN AÑO DE LA DANA

**Historias de supervivencia
y solidaridad de aquellos días**

PÁGINA 42

SEIS MUJERES

***Pioneras de la
programación***

PÁGINA 52

**Valiosos
vecinos**

PÁGINA 78

MEDIO AMBIENTE

**Pigmentos respetuosos
con la naturaleza**

PÁGINA 82

LECTURA EXTRA

**Los ladrones
del anochecer**

PÁGINA 104

HONG KONG

**Las caras del azar
en la ciudad china**

PÁGINA 96

*Zafiro, Esmeralda, Rubí,
cristales de Swarovski® y Oro de 1ª Ley
deslumbrando sobre Cerámica blanca*

Lovely

RELOJ JOYA

by LANSCOTTE



**SÓLO 10€ AL MES
SIN INTERESES
(precio final 340€)**



Lanscotte

ALTA RELOJERÍA SUIZA

- Acero acabado en Oro de 1ª Ley IPG.
- Brazalete con eslabones centrales en Cerámica blanca de alta resistencia.
- 180 cristales de Swarovski adornan el bisel, la parte central del dial y los indexes.
- Cristal mineral curvo endurecido.
- 3 auténticas Piedras Preciosas: Zafiro a las 3h; Esmeralda las 6h; y Rubí a las 9h.
- Numerales dorados en los cuartos y agujas con material luminiscente, visible en la oscuridad.
- Cierre de seguridad invisible.
- Water Resistant: 5 ATM.
- Diámetro de la caja: 38 mm.
- Grabados exclusivos de Lanscotte.
- Mecanismo de máxima precisión ensamblado a mano.
- Presentación en estuche de joyería con Certificados y Garantía Internacional de 3 años

Consígalo ahora con todas las Garantías y por solo 10€ al mes sin intereses

- ✓ ENVÍO GRATIS A DOMICILIO
- ✓ 15 días de EXAMEN SIN COMPROMISO
- ✓ 100% GARANTÍA DE SATISFACCIÓN
- ✓ CÓMODAS CUOTAS sin intereses
(34 mensualidades de solo 10€)

Oferta válida solo para Península, Baleares y Canarias

902 107 902

 **GALERIA
DEL COLECCIONISTA**

Avda. de Manoteras, 50 • 28050 Madrid
www.galeriadelcoleccionista.com



EY09

Revistas.PeruRadio.net.pe

QUERIDOS LECTORES

Aprender de la tragedia

COMIENZA NOVIEMBRE con el recuerdo de lo ocurrido hace solo un año en Valencia y localidades de Albacete y Málaga, con las lluvias torrenciales del 29 de octubre de 2024. Los acontecimientos se suceden a tal velocidad que nos parece algo lejano del pasado. Pero solo ha pasado un año. Con todo el horror y el dolor que vivimos.

Dolor que permanecerá entre las familias de los 228 fallecidos y entre los que lo vivieron en primera persona. Y que quizá solo puede aligerarse en la confianza de haber aprendido algo de lo sucedido, teniendo en cuenta que los episodios meteorológicos extremos no nos van a dar tregua a partir de ahora. Lo hemos vivido el pasado verano, desgraciadamente, con los pavorosos incendios.

Queremos recordar esos días con algunos

relatos de supervivencia y solidaridad. Porque si algo aprendimos, además de constatar la incompetencia política, fue el valor de la solidaridad individual y colectiva en los peores momentos.

No te pierdas nuestra recopilación de relatos de algunos de los afortunados que vivieron para contarlo, en la página 42.

Queremos recordar también a seis mujeres inspiradoras que estuvieron en el germen del primer ordenador electrónico del mundo, el ENIAC, en 1946. Como en tantas ocasiones, estas mujeres fueron silenciadas, hasta que en los años 90 del siglo pasado, fueron reconocidas. No te pierdas “Pioneras de la programación”, en la página 52.

Hablamos de los buenos vecinos, que los hay (“Buenos y valiosos vecinos”, pág. 78) o viajamos hasta Hong Kong para ver el papel que el azar juega en toda su sociedad (“Las caras del azar”, pág. 96).

Como siempre, información desde la inspiración y la emoción.

Natalia Alonso

NATALIA ALONSO

EDITORA

natalia_alonso@selecciones.es

FOTO: PABLO RODRIGO



CONTENIDOS

Artículos

42

EN PORTADA

CUANDO LA NATURALEZA HABLA

Un año después de la dana, recordamos algunas historias de supervivencia y solidaridad.

34

ACTUALIDAD

Envejecer

¿Cómo afrontar los años venideros de la mejor forma posible?

52

INSPIRACIÓN

Pioneras de la programación

Seis pioneras en el germen del primer ordenador del mundo.

60

SONRÍE

Las oficinas modernas

El espacio escasea y ya no hay ni papeleras.

64

CLÁSICOS RD

Atrapados en el desierto

Un error de cálculo los llevó al límite.

72

FOTOGRAFÍA

Hasta que los pies resistan

Miles de personas corren maratones.

78

INSPIRACIÓN

Valiosos vecinos

Durante 35 años, mi vecino fue uno de ellos.

82

MEDIO AMBIENTE

Color y ecología

Pigmentos respetuosos con el medio ambiente.

92

TEST

Autocontrol

Descubre si eres una persona impulsiva o tienes el control.

CUBIERTA:
KEVIN CARDEN /
STOCK.ADOBE.COM

96

VIAJES

Las caras del azar

En Hong Kong hay muchas formas de favorecer la suerte.

104

LECTURA EXTRA

Atracos al anochecer

¿Cómo podía una persona atracar dos bancos casi a la vez?



82

Todo lo bueno

MIRA EL MUNDO

4 **Bajo las aguas**

EL ARTE DE VIVIR

9 **Desenrolla**

HÉROES

10 **Un torniquete
en la carretera**

14 **Termina
esta frase**

Mi mejor truco
para conciliar
el sueño...

16 **Cartas**

Salud

BIENESTAR

CUERPO & MENTE

17 **Supertasters**

20 **Noticias médicas**

El arte de vivir

COCINA

23 **Tapenade**

13 COSAS

26 **Cementerios**

29 **Citas citables**

FOCO

30 **Julia Roberts**



9



34

Humor

22

Gajes del oficio

63

La risa, remedio
infalible

90

Así es la vida

Pasatiempos

120 **Rompecabezas**

122 **Soluciones**

123 **Trivial**

125 **Vocabulario**

127 **Próximo mes**

128 **Última risa**



© GETTY IMAGES/THOMAS OZANNE

MIRA EL MUNDO...

Pasa la página →

...DE OTRA MANERA

El mundo submarino frente a la costa de Nueva Guinea Occidental es un espectáculo lleno de colorido. Entre las criaturas que habitan los arrecifes se encuentran los peces payaso, que se esconden entre los tentáculos de las anémonas burbuja y los coloridos corales. Pero su mundo está amenazado. El aumento de la temperatura del agua está causando problemas tanto a los animales como a las plantas.



Directora Natalia Alonso

Maquetación Equipo Editorial CIL

Atención al Cliente Esther Martín

Global Family Editions, S.A.

Avda. Fuente de la Mora, 4
28050 Madrid

**Reader's Digest se publica
en más de 30 países.**

© 2025 Global Family Editions (Reader's Digest)

La suscripción a esta publicación autoriza el uso exclusivo y personal de la misma por parte del suscriptor. Cualquier otra reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta publicación solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares. En particular, la Editorial, a los efectos previstos en el art. 32.1 párrafo 2 del vigente TRLPI, se opone expresamente a que cualquier fragmento de esta obra sea utilizado para la realización de resúmenes de prensa, salvo que cuente con la autorización específica. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar, escanear, distribuir o poner a disposición de otros usuarios algún fragmento de esta obra, o si quiere utilizarla para elaborar resúmenes de prensa (www.cedro.org; 91 702 19 70 / 93 272 04 47).

ATENCIÓN AL CLIENTE

Teléfono

902 757 051 y 91 111 74 52
(L - V: 9 - 14:30 y de 16 - 18:30 horas.)

Email

clientes@selecciones.es

SÍGUENOS EN FACEBOOK 

www.facebook.com/Selecciones

Trusted Media Brands, Inc. (EEUU)

Presidente y director ejecutivo

Stephen Colvin

Fundadores de Reader's Digest:

DeWitt Wallace (1889-1981)

Lila Acheson Wallace (1889-1984)

COMPARTE CON SELECCIONES

Haznos saber tu opinión
sobre los artículos y reportajes
de la revista.

Puedes también mandar anécdotas
divertidas y verídicas para nuestras
secciones de humor.

Escribenos a:

redaccion@selecciones.es

CARTAS DE LOS LECTORES

Email

redaccion@selecciones.es

Dirección

Avda. Fuente de la Mora, 4
28050 Madrid

SÍGUENOS EN 

@SeleccionesRd

El arte de
VIVIR
CURIOSIDADES

Desenrolla despacio

¿POR ENCIMA O por debajo? Es un debate que llevamos manteniendo desde 1883, cuando se patentó por primera vez el rollo de papel higiénico, con la hoja por encima. Colocado de esta forma, es menos probable que el papel higiénico entre en contacto con la pared o el inodoro, reduciendo así la posibilidad de transferencia de bacterias. El método “por debajo”, sin embargo, hace que sea menos probable que el papel se desenrolle, ya sea accidentalmente o por capricho de un niño o animales curiosos. Según una encuesta, el 72% de los estadounidenses prefiere el método “por encima”: el 27% incluso admitió haber “corregido” la dirección del papel higiénico en casa ajena. 🌸

TMB STUDIO



Un hombre se está desangrando. Claudia Wilson le salva la vida... con un cinturón.

Torniquete en la carretera

Annette Lübbers

COMO ENFERMERA, CLAUDIA Wilson ha pasado por muchas situaciones estresantes. Sin embargo, esta mujer de 60 años siempre se ha alegrado de no haberse enfrentado nunca a un accidente grave. “A veces me preguntaba cómo reaccionaría en una emergencia”, dice esta abuela de tres nietos. Desde el 5 de abril de 2024, ya no tiene que hacerse esa pregunta.

Son alrededor de las 8 de la tarde y Wilson regresa a casa después de su turno de tarde. Trabaja en un centro de diálisis en Fulda (Alemania), y vive en el pequeño pueblo de Kalbach. El trayecto le lleva unos 20 minutos. La enfermera quiere llegar a casa y acostarse lo antes posible, porque al día siguiente tiene turno de mañana. Solo lleva unos minutos conduciendo cuando ve luces de freno parpadeando delante de ella.

Wilson también reduce la velocidad y enciende las luces de emergencia. “¿Qué está pasando?”, se pregunta. “Aquí nunca hay atasco”. Los coches del carril contrario también se han detenido. El coche que va justo delante de Wilson se desvía hacia la izquierda y se abre paso entre la fila de coches. Esto le da a la enfermera una mejor visión de la carretera. En la penumbra, distingue una silueta en el lado iz-

FOTOGRAFÍA: MARIAN LENHARD

Revistas.PeruRadio.net.pe



quierdo de la carretera camino ¿Será un jabalí?

Sin dudarlo, sale de su coche y camina hacia el cuerpo que yace en el suelo. Cinco pasos. Diez pasos. Entonces se da cuenta: hay un hombre tumbado en el asfalto. Inmóvil, con los brazos extendidos. Lleva un mono verde oliva. Wilson calcula que tiene unos 60 años. En ese momento, el hombre abre los ojos y los vuelve a cerrar inmediatamente.

Una mujer está arrodillada a su lado, hablándole. “¿Cómo te llamas? ¿Estás casado?”. Wilson se da cuenta de que la

Wilson se quita el cinturón de los vaqueros. El hombre con el botiquín de primeros auxilios ha vuelto. Lo abre y le entrega a la enfermera un par de guantes médicos desechables. Wilson se los pone, se arrodilla junto al hombre gravemente herido, le levanta ligeramente la pierna y le ata el cinturón alrededor. No hay suficientes agujeros en el cinturón para atarle el muslo. Así que Wilson tira del cinturón de cuero con todas sus fuerzas.

Oye a alguien gritar: “¡Necesitamos ayuda aquí!”. Los segundos pasan, convirtiéndose en minutos. Se necesita

EL CHARCO DE SANGRE SE EXTIENDE RÁPIDAMENTE. ES PROBABLE QUE HAYA UNA ARTERIA SECCIONADA.

mujer está tratando de mantener consciente al hombre, que obviamente ha sufrido un accidente. El mono de una de sus piernas está completamente rasgado, dejando al descubierto una gran herida. El charco de sangre bajo el hombre se extiende rápidamente. Eso significa que lo más probable es que tenga una arteria seccionada.

Claudia Wilson sabe que la víctima morirá si no se detiene la hemorragia rápidamente. “Traiga el botiquín de primeros auxilios de su coche”, le indica a un hombre que también ha acudido rápidamente a ayudar. Aunque estos botiquines no contienen torniquetes, que es lo que realmente necesita en este momento, eso no importa ahora mismo.

fuerza para atar una extremidad sangrante. Los músculos de Wilson comienzan a temblar, pero ella sujeta el cinturón con fuerza.

De repente, un joven policía salta por encima del muro de hormigón que separa los dos carriles. Evalúa la situación de un vistazo, agarra el cinturón y lo aprieta aún más. Wilson le ayuda. El policía lo suelta y vuelve a saltar el muro.

Unos segundos más tarde, regresa con un torniquete profesional en las manos. Los torniquetes facilitan la aplicación de una fuerte presión sobre las arterias de las extremidades. El policía coloca rápidamente el torniquete a la víctima y lo aprieta. Aliviada, Wilson suelta su cinturón y se pone de pie. Le



Claudia Wilson ató su cinturón alrededor de la pierna herida.

duelen las manos. La mujer que había estado hablando con la víctima del accidente hasta ahora también se levanta. “El cinturón... Yo podría haber pensado en eso”, dice. Claudia Wilson la tranquiliza. “Hemos hecho todo lo correcto”.

Solo ahora ve un casco de motocicleta tirado a unos metros de distancia. Pero ¿dónde está la motocicleta? Wilson se acerca al muro de hormigón. Y, efectivamente, allí está, tirada al borde de la carretera, completamente destrozada.

En ese momento, llega una ambulancia. Dos paramédicos atienden al hombre gravemente herido. Con las luces azules encendidas y las sirenas a todo volumen, se dirigen rápidamente al hospital. Tardan dos horas en liberar a Wilson y a los demás testigos. Primero, la policía tiene que reconstruir el accidente. Más tarde, Wilson se entera de

que, al parecer, la víctima conducía en sentido contrario y chocó contra un coche. La fuerza del impacto lo lanzó por encima de la barrera de hormigón que separaba los carriles hacia el tráfico que venía en sentido contrario. También se entera de que ha sobrevivido.

En los días posteriores al accidente, Claudia Wilson se da cuenta de que los botiquines de primeros auxilios contienen todo lo necesario para hacer un torniquete improvisado.

“Podría haber cogido una manta de rescate, haberle clavado unas tijeras y haberla retorcido hasta que la manta quedara bien tensa. Pero no se me ocurrió hasta más tarde”, afirma. Sin embargo, lo importante es que salvó una vida. La policía está de acuerdo y, a finales del año pasado, otorgó a Wilson una mención honorífica por su labor. 

TERMINA ESTA FRASE

Mi mejor truco para conciliar el sueño es...

Tumbarme y esperar.

RUBEN HENNON
Bélgica

Todavía no lo he encontrado.

CAROLINE
Francia

Cerrar los ojos.

ALE VIGUERAS
México

Leer.

IRIS GONZÁLEZ
Puerto Rico

Hacer ejercicios de respiración.

ALBA LUZ
Paraguay

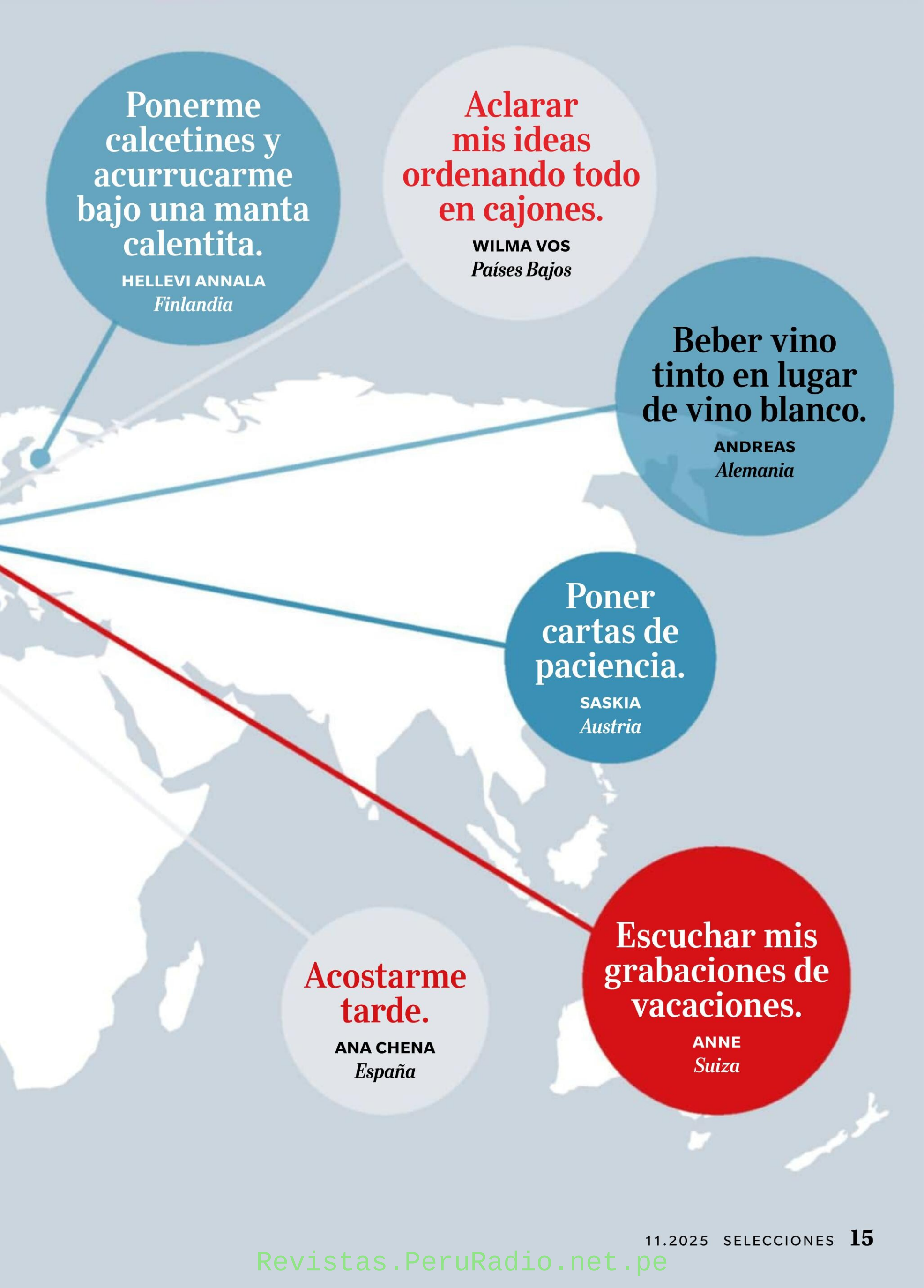
Dejar que mi móvil se quede sin batería.

KARLA ORDÓÑEZ
Panamá

Fingir que estoy durmiendo.

PAOLA CARRASCO
Chile

(MAPA) SHUTTERSTOCK



**Ponerme
calcetines y
acurrucarme
bajo una manta
calentita.**

HELLEVI ANNALA
Finlandia

**Aclarar
mis ideas
ordenando todo
en cajones.**

WILMA VOS
Países Bajos

**Beber vino
tinto en lugar
de vino blanco.**

ANDREAS
Alemania

**Poner
cartas de
paciencia.**

SASKIA
Austria

**Acostarme
tarde.**

ANA CHENA
España

**Escuchar mis
grabaciones de
vacaciones.**

ANNE
Suiza

CARTAS



Escritores de la calle

En 1986 llegué a Viena desde Hungría y tuve que declarar mi viejo coche del Este. Aunque mi vocabulario alemán cabía en un folio, me adentré en la boca del lobo: la oficina de aduanas.

El funcionario me entregó un formulario y repitió

varias veces la palabra «Agente expedidor». Una palabra bonita, pero ¿qué significaba? De repente, en el pasillo, apareció ante mí un hombre delgado de unos cuarenta años con maletín y coderas.

Cogió mis documentos y los rellenó a mano a una velocidad increíble, mientras hablaba sin parar. Al final, puso unos cuantos sellos y ya estaba todo listo. Fue una experiencia impresionante. El hombre era, al igual que el escritor de “Palabras para todos” (septiembre), un auténtico personaje.

— ISTVAN NESZMELYI, *Austria*

¿Qué sienten los animales? (septiembre)

Los animales utilizan herramientas, tienen un lenguaje y, a veces, incluso desarrollan su propia cultura. Por eso, los filósofos ven cada vez más difusas las fronteras entre los seres humanos y

los animales. Es fácil decir «vaca estúpida», pero lo correcto sería decir «ser humano estúpido», porque ningún animal ensucia su nido, envenena su comida o destruye su entorno.

—ISOLDE WOHLFART,
Alemania



SALUD

Reader's Digest

BIENESTAR CUERPO & MENTE

El secreto del gusto

Genética y biología influyen en la percepción del gusto

Estefanía Díaz del Cerro

DE THE CONVERSATION

“**S**IEMPRE HE SIDO quisquillosa con la comida. No es que no quiera probar cosas nuevas, pero muchos sabores me resultan amargos o demasiado intensos”, comenta Carolina, una joven de 28 años que a menudo evita las verduras como el brócoli o la col rizada, y prefiere alimentos más simples. “Mis amigos me dicen que soy una exagerada, pero no soporto ciertos sabores. Tal vez sea lo que los científicos llaman una *supertaster*”.

Un gusto superdotado

Llamamos *supertasters* a las personas con una mayor capacidad para detectar

sabores, especialmente el amargor, aunque también son sensibles al dulce o al picante. El término fue acuñado por la psicóloga estadounidense Linda Bartoshuk en los años noventa. Desde entonces, los científicos han investigado cómo la genética y la biología influyen en esta aguda percepción del gusto, y cómo afecta a las preferencias alimentarias y la salud.

¿Por qué es el sabor amargo el que define a los *supertasters*? Porque tiene un papel importante en nuestra evolu-

ALGUNAS ZONAS DE LA LENGUA SON MÁS SENSIBLES A LOS SABORES.

ción. A lo largo de la historia, nos ayudó a detectar sustancias venenosas en plantas y alimentos. Y, además, es el sabor más fácil de medir y de identificar.

Será por papilas

Las personas con un “supersentido” del gusto tienen relación con la biología de nuestras papilas gustativas.

Estos receptores sensoriales detectan los cinco sabores básicos: dulce, salado, amargo, ácido y umami (sabroso). Todos pueden percibir cualquiera de ellos, pero algunas zonas de la lengua son más sensibles a algunos. La punta capta mejor lo dulce, los bordes detectan lo salado y ácido, y la parte posterior es más sensible al

amargo. El umami se percibe en toda la lengua.

Los *supertasters* cuentan con más papilas gustativas que la mayoría de las personas: hasta 60 por centímetro cuadrado, mientras que las personas con sensibilidad normal (*normotasters*) suelen tener entre 15 y 35. Aquellos con menor sensibilidad (*non-tasters*) poseen menos de 15 papilas por cm².

El papel del amargor

Un estudio de Linda Bartoshuk y su equipo mostró que hasta un 25% de la población puede ser *supertaster*. Esto se debe al gen TAS2R38, que produce un receptor capaz de detectar compuestos amargos. Estos compuestos, llamados glucosinolatos, están presentes en verduras como el brócoli y la col, y en bebidas como café, vino y cerveza.

La sensibilidad al amargor varía entre los *supertasters* debido a las diferentes versiones del gen TAS2R38. Algunos tienen varias copias de la variante más sensible, lo que hace que perciban el amargor más intensamente que aquellos con solo una copia.

Factores que afectan

La mayor o menor sensibilidad gustativa se debe a varios factores, como la edad, el sexo o la cultura.

En primer lugar, la capacidad de detectar sabores disminuye según cumplimos años debido a la reducción de las papilas gustativas, lo que puede restar sensibilidad a los sabores amargos y ácidos.



Además, los estudios sugieren que las mujeres son más sensibles a los sabores, especialmente al amargo, y tienen más probabilidades de ser *supertasters*. Se piensa que factores biológicos y hormonales, como los cambios durante el ciclo menstrual y el embarazo, pueden influir.

La cultura también influye. En zonas donde se consumen muchos alimentos amargos, hay una mayor tolerancia. Hay más *supertasters* en Japón, India, y China que en Europa y América.

Implicaciones en la salud

La alta sensibilidad al amargor puede hacer que se eviten alimentos nutritivos ricos en fibra y antioxidantes, con el riesgo de seguir una dieta poco equilibrada y sufrir deficiencias nutri-

cionales. También puede traducirse en ansiedad y trastornos alimentarios como la anorexia o la bulimia.

Además, a menudo pueden preferir alimentos más dulces o grasos para evitar el exceso de sabor amargo, lo que aumenta el riesgo de obesidad y problemas metabólicos. Como contrapartida, esa intensa percepción del amargor les mantiene más alejados del tabaquismo o del consumo excesivo del alcohol.

Una vez más, la ciencia nos revela que nuestras preferencias alimentarias tienen una base genética y biológica, y que las variaciones en la percepción del sabor no son caprichos, sino formas únicas de experimentar el mundo culinario. ♦

Estefanía Díaz del Cerro es Doctora en Biología

Noticias DEL
**MUNDO DE
LA MEDICINA**
Bonnie Munday



PROTEÍNA VEGETAL

Sabemos que consumir suficientes proteínas es esencial para la salud ósea, la conservación de los músculos y una inmunidad fuerte. Pero un nuevo estudio global de la Universidad de Australia, publicado en *Nature Communications*, muestra que la fuente de proteínas es importante: consumir más proteínas vegetales y menos animales puede añadir años saludables a nuestras vidas.

Los investigadores estudiaron el impacto de los tipos de dietas proteicas en 101 países durante 60 años (de 1961 a 2018) y descubrieron que las personas de los países con dietas

más ricas en proteínas vegetales (por ejemplo, el subcontinente indio) tenían una esperanza de vida más alta que las de los países que consumen principalmente proteínas animales (por ejemplo, el norte de Europa).

Otras investigaciones recientes relacionan las proteínas vegetales con beneficios para la salud, como un estudio de revisión realizado en Alemania en 2023 que descubrió que sustituir una ración diaria de proteínas animales por frutos secos, garbanzos o quinoa reducía el riesgo de enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares y diabetes tipo 2.

Mosquitos contra la malaria

Un pequeño ensayo clínico realizado por la Universidad de Leiden y la Universidad Radboud en los Países Bajos, y publicado recientemente en la revista *New England Journal of Medicine*, muestra resultados muy prometedores para la prevención de la malaria. Las vacunas contra la malaria, que mata a alrededor de medio millón de personas al año en el mundo, solo ofrecen una protección modesta a corto plazo. Los científicos expusieron a nueve participantes a mosquitos infectados con un parásito modificado genéticamente llamado GA2. Ocho de los nueve no desarrollaron malaria porque el parásito GA2 se reproduce lentamente, lo que permite al sistema inmunitario disponer de más tiempo para

reconocerlo y combatirlo. Este efecto protector justifica una evaluación exhaustiva en amplias poblaciones.

Distraer la mente para dormir

Los médicos recomiendan ahora la “mezcla cognitiva” para ayudar a conciliar el sueño, gracias a un estudio de revisión realizado en la Universidad de Quebec, en Canadá, que consiste en visualizar un objeto cada cinco o diez segundos (por ejemplo, centrándose en objetos que empiecen por la misma letra), lo que puede ayudar a conciliar el sueño, ya que supone una distracción mental de las preocupaciones. Similar al «yoga nidra», que escanea mentalmente el cuerpo a la hora de acostarse, con

atención a cada parte. En un estudio de la India en 2023 y publicado en *PLOS One*, se demostró que esta técnica tiene un efecto calmante.

Niños y pantallas

El tiempo que pasan los niños frente a las pantallas provoca también una pérdida de capacidad cerebral. En un estudio de la Universidad Macquarie de Australia sobre jóvenes adictos a las pantallas, las exploraciones cerebrales mostraron una pérdida de materia gris y blanca en partes del lóbulo frontal asociadas al aprendizaje y memoria. Varios países, entre ellos España y Australia, ya prohíben el uso de los móviles en los colegios para romper con el hábito.

¿Milagro dental?

Los mamíferos tienen dos denticiones, pero los investigadores del Instituto de Investigación Médica del Hospital Kitano de Osaka, en Japón, afirman que bajo nuestras encías se encuentran las yemas latentes de una tercera. Un nuevo medicamento bloquea una proteína llamada USAG-1, que inhibe el crecimiento dental. Probada en roedores, provocó el crecimiento de estos dientes ocultos. Hoy se están realizando pruebas en humanos.

Imagina poder regenerar la dentadura: ¡se acabaría con dentaduras e implantes! 💎



GAJES

DEL
oficio



“Veamos los beneficios proyectados para el próximo trimestre”.

El día después de Acción de Gracias, recibí una llamada de un cliente. En el momento en que terminé de completar la información de su tarjeta de crédito, gritó:

—¡Sé que es Black Friday! ¡No te atrevas a intentar nada!

Me quedé atónito, sin saber de qué me

acusaba. De pronto, su tono cambió.

—Lo siento —dijo—. Estaba hablando con mi mujer, no con usted

—CALLEN HARTY,
Estados Unidos

Después de pedir un sándwich en una tienda de *delicatessen*, recordé que quería dividirlo con mi mujer, así que le

pedí al empleado que lo cortara en cuartos.

—Demasiado tarde —dijo—. Ya lo he cortado por la mitad.

—RODNEY BISHOP,
Estados Unidos

El director de RRHH me pidió tres referencias. Le di la de mi psicólogo, la de mi gato y la de mi cuenta de Netflix.

COCINA



Tapenade

*Una pasta de aceitunas y alcaparras
de sabor intenso con matices salinos y herbales*

Mercedes Domínguez

ESTE APERITIVO, fácil y rápido de preparar, es a la vez un magnífico embajador de la dieta mediterránea, ya que logra un equilibrio perfecto de grasas saludables y antioxidantes que son beneficiosos para la salud cardiovascular. Sus ingredientes principales son las aceitunas y las alcaparras, condimentadas con hierbas aromáticas y regadas con un chorrito del preciado “oro líquido”.

Aunque la versión original lleva aceitunas negras, recientemente se ha popularizado también la versión verde. La joya provenzal ha traspasado fronteras y, en la cocina contemporánea, es sinónimo de elegancia rústica. Con pocos ingredientes y en poco tiempo, podemos preparar un delicioso plato que ha cautivado a chefs de medio mundo.

El origen de este untado se remonta a la época grecorromana, cuando las aceitunas y el aceite eran ingredientes esenciales de la dieta. Sin embargo, fue en la Provenza francesa donde la receta de la tapenade apareció referenciada como tal por primera vez. De hecho, el nombre proviene de la palabra provenzal “tapena”, que significa alcaparra. Hay quienes afirman que las alcaparras del monte Ida de Creta llegaron hace siglos a la región de la Provenza, donde surgió este delicioso manjar hacia finales del siglo XIX. Según nos relata el cocinero francés Jean-Baptiste Reboul en su libro

La cuisinière provençale, la tapenade fue creada y popularizada en 1880 por el chef Meynier, que trabajaba en el restaurante marsellés La Maison Dorée. La receta original combinaba alcaparras con aceitunas y otros ingredientes como atún, anchoas, hierbas aromáticas, ajo y aceite. En la actualidad, circulan muchas versiones, entre las que destaca una que no incorpora anchoas, convirtiéndola así en un manjar vegetariano.

A pesar de la sencillez de sus ingredientes, el magistral resultado se ve realzado por la calidad de los mismos, especialmente la de las olivas.

Se disfruta habitualmente untada, pero también brilla como guarnición de asados, verduras o pescados, como relleno de aves (algo muy común en sus orígenes) o como aliño de cualquier tipo de pasta o ensalada. Incluso se puede usar como base para tartas saladas, en hojaldres, sándwiches, pizzas o para rellenar huevos cocidos. 🍷

Preparación

1. Machacar todos los ingredientes sólidos (aceitunas, alcaparras, hierbas aromáticas y anchoas) en un mortero o utilizar un procesador de alimentos. Si se añade ajo, incorporarlo en este paso, retirando previamente el germen para evitar que repita.
2. Si se emplean cuchillas para triturar los ingredientes, hay que tener en cuenta que la pasta no debe quedar demasiado molida, a fin de conseguir una mejor textura.

3. Una vez elaborado el paté, incorporar poco a poco el aceite de oliva, en forma de hilo, e ir removiendo para emulsionar la pasta. Si se prefiere, se puede aligerar la mezcla añadiendo un poco de agua.
4. Reservar en el frigorífico hasta el momento de servir.
5. Presentar sobre pan tostado, galletitas o *crackers* para consumir como aperitivo, o bien servir como guarnición de platos principales.



Ingredientes

6 PERSONAS

TIEMPO: 10 MINUTOS

- 150 g de aceitunas negras sin hueso
- 1 cucharada de alcaparras (10 g aprox.)
 - ½ diente de ajo (opcional)
- 2 o 3 filetitos de anchoas en aceite (al gusto)
 - ½ cucharadita de hierbas aromáticas (albahaca, orégano, tomillo, romero)
 - 70 ml de aceite de oliva virgen extra

Opcional: a esta receta base se le pueden añadir otros ingredientes para realzar su sabor, como almendras, nueces, tomates secos, trufa, estragón, hinojo o miso.



13 COSAS

Cementerios que cuentan historias

María José Carmona

1 CON UNA MEDIA de tres millones y medio de visitas al año, el cementerio parisino de Père-Lachaise es el más frecuentado del mundo. Creado en 1804, acoge unas 70.000 tumbas en casi 43 hectáreas, albergando a personajes célebres como Jim Morrison, Edith Piaf u Oscar Wilde. Un imán para los turistas.

2 EL TURISMO FUNERARIO es una tendencia al alza. En Europa existe desde 2010 una Ruta Europea de Cementerios, incluida

España. El necroturismo se remonta a la era victoriana, en el siglo XIX, cuando cementerios como el de Highgate, en Londres, se convirtieron en lugares de peregrinaje como espacios de contemplación.

3 LOS CEMENTERIOS SON también excelentes espacios verdes, donde destacan los cipreses, árbol vinculado al más allá desde las civilizaciones griegas y romanas. Debido a su forma recta y vertical se pensaba que ayudaría a encaminar

las almas hacia el cielo, y su hoja perenne simbolizaba lo eterno. En ningún lugar son tan presentes como en el cementerio Azael Franco, en Tulcan (Ecuador) donde han sido cincelados en forma de dioses y animales impresionantes.

4 LOS PRIMEROS ENTERRAMIENTOS humanos se remontan al Paleolítico. De hecho, la palabra “cementerio” procede del término griego *Koimeterion* que significa “lugar para dormir”, aunque la invención de los cementerios como los entendemos hoy fue gracias a Napoleón Bonaparte, quien ordenó la construcción de estos grandes jardines urbanos tras quedarse pequeños los patios de las iglesias, donde hasta entonces se enterraba. Su primer encargo fue el de Père-Lachaise.

5 EL CEMENTERIO DE WAVERLEY, en Sídney, está considerado uno de los más bonitos por su belleza y ubicación con vistas al Pacífico, así como por sus numerosas esculturas de estilo victoriano esculpidas en mármol blanco de Carrara. También destacan el cementerio de la Recoleta, en Buenos Aires (Argentina), el antiguo cementerio judío de Praga (República Checa) o el cementerio militar de Arlington (EEUU).

6 EL CEMENTERIO de Sapantza, en Rumanía, está invadido por el color. En cada lápida, además

del nombre y la fecha de defunción, aparece un dibujo de colores brillantes a través del cual se narra algún pasaje de la vida del fallecido, una idea que surgió de un artesano local tras la Segunda Guerra Mundial.

7 EN SAGADA (FILIPINAS) los difuntos no se entierran, sino que los ataúdes se disponen en cavidades de la ladera de una montaña. Se trata de una costumbre de la tribu igorot para protegerlos de los animales y facilitar su acceso al cielo. En otros países como India, Brasil o Japón estudian la posibilidad de construir cementerios verticales para ahorrar espacio en zonas pobladas.

8 LA TUMBA MÁS visitada del mundo es la de del Rey del Rock. Cada año unas 650.000 personas acuden a la tumba de Elvis Presley en los terrenos de Graceland. Pero una tumba verdaderamente concurrida es el Taj Mahal. Aunque algunos lo confundan con un palacio, este mausoleo recibe cada año entre 7 y 8 millones de personas.

9 LA TUMBA DE Groucho Marx no dice aquello de “Perdonen que no me levante”: forma parte de un mito. Pero existen epitafios reales humorísticos, como en la tumba del director de cine Billy Wilder, donde pone “Soy escritor, pero claro, nadie es perfecto”, y de la del dramaturgo Molière se dijo “Aquí yace Molière el

rey de los actores. En estos momentos hace de muerto y de verdad que lo hace bien”. Irónico también el epitafio de la escritora estadounidense Dorothy Parker. “Es feliz porque sabe que deja un bonito polvo”.

10 HAY AMORES más allá de la muerte. Fue el caso de Margarita Pacheco y Modesto Canto, cuya tumba en el cementerio de Colón (Cuba) es conocida como “la tumba del amor”. Criticados en vida por los 30 años de diferencia que les separaban, siguieron juntos. Tras morir ella, su viudo construyó para los dos un monumento con sus bustos tallados y el epitafio “Unidos por el amor eterno”. En el cementerio de Roermond (Países Bajos), Jacob y Josephina no pudieron ser enterrados juntos al ser ella católica y él protestante. Un muro les separaba pero, gracias a sus hijos, de sus dos lápidas hicieron emerger dos manos de piedra que hoy se entrelazan por encima de cualquier barrera.

11 ALGUNOS CEMENTERIOS ofrecen actividades como obras de teatro o recitales poéticos, una proyección de cine, una fiesta o hasta casarse. Si hablamos de fiesta en cementerios es inevitable mencionar a México y su Día de Muertos cuando familiares de los difuntos acuden al camposanto a decorar las lápidas y a compartir comida y bebida con sus habitantes.

12 LOS ENTERRAMIENTOS DE animales son casi tan antiguos como los humanos. Los primeros se remontan al antiguo Egipto, cuando se momificaba y enterraba a aquellos considerados sagrados o de compañía. Fue en 1896 cuando se creó el primer lugar formal para enterrar a mascotas: el Hartsdale Pet Cemetery en Nueva York, considerado el mayor cementerio de animales del mundo. El Cimetière des Chiens, en Asnieres-sur-Seine (Francia), de 1899, acoge, además de perros y gatos, numerosas tumbas de pájaros, conejos, ratones, gallinas, ovejas e incluso un león.

13 TAMBIÉN EXISTEN, POR otro lado, los cementerios de objetos. Cuando acaban su vida útil, comparten en algunos casos destino. Es el caso del cementerio de aviones más grande del mundo situado en Tucson (Arizona) y que alberga más de 4.000 ejemplares. También destaca el cementerio de cabinas telefónicas situado en el pequeño pueblo inglés de Carlton Miniott y donde este icono rojo vive su descaso eterno. Los cementerios de objetos son una manera metafórica de señalar lo que en realidad son hoy grandes vertederos, como el cementerio de ropa del desierto de Atacama (Chile) donde se alzan colinas enteras de moda desechada que, en este caso, nadie se molesta en visitar. 

CITAS CITABLES

ME PREGUNTO SI HEMOS LLEVADO DEMASIADO LEJOS LA TECNOLOGÍA. DE ALGUNA MANERA, LA HUMANIDAD SE HA QUEDADO ATRÁS. EL RITMO AHORA ES DEMASIADO RÁPIDO.

ELISABETH REHN,
EX MINISTRA DE DEFENSA FINLANDESA NACIDA EN 1935

La amistad es una parte importante de mi vida, junto a mi familia y mi relación con mi esposa. Es el tercer pilar importante que me permite compartir sentimientos, ser comprendido y sentirme seguro.

TOM SCHILLING, ACTOR Y MÚSICO ALEMÁN, NACIDO EN 1982

La ira puede no ser más que la tristeza puesta al revés.

GRIET OP DE BEEK,
ESCRITOR BELGA NACIDO EN 1973

La confianza en uno mismo no es lo mismo que la seguridad en uno mismo. Es encontrar valor para afrontar la incertidumbre en lugar de huir de ella. Es encontrar la fuerza para seguir adelante a pesar de las dudas.

CHARLES PÉPIN,
FILÓSOFO Y NOVELISTA FRANCÉS, NACIDO EN 1973

La clave de un buen orador es, ante todo, ser un gran oyente. Practicar la escucha activa es el mejor favor que podemos hacernos a nosotros mismos.

SARA GARCÍA ALONSO,
BIÓLOGA ESPAÑOLA Y CANDIDATA A ASTRONAUTA
DE LA AGENCIA ESPACIAL EUROPEA, NACIDA EN 1989.



@ESA - A. CONIGLI

La estrella de cine Julia Roberts nos habla con franqueza sobre sus hijos, sus puntos fuertes y modelos a seguir

La familia es la máxima prioridad

Rüdiger Sturm

JULIA ROBERTS HA vuelto. En el Festival de Cine de Venecia, se pudo ver a esta “joven” de 58 años en *Caza de brujas*, interpretando a una profesora involucrada en un escándalo de abusos. En la entrevista, la actriz estadounidense explica cómo se ha mantenido durante décadas en Hollywood y por qué todos sus éxitos son menos importantes para ella que su vida familiar.

READER'S DIGEST: *Tienes éxitos legendarios como Pretty Woman o Notting Hill, pero en los últimos diez años no han surgido éxitos tan espectaculares.*

JULIA ROBERTS: No me arrepiento de ninguna de mis decisiones. Que una película tenga éxito financiero o no, no influye en mi percepción personal. Mi

experiencia durante el rodaje determina si me encanta una película —como en el caso de *Caza de brujas*— o no. Incluso si después recauda millones, eso no cambia nada. Por eso los fracasos me son indiferentes.

¿Qué sientes cuando recuerdas tu Óscar de hace casi 25 años?

Una gratitud inmensa, aunque ya la sentía en aquel momento. En ese sentido, mis sentimientos no han cambiado.

¿Tienes alguna explicación de por qué, después de más de 30 años, sigues en el negocio?

Simplemente tengo una energía enorme. Eso en sí mismo no es extraor-



dinario, porque todos los niños vienen al mundo con ella. Pero a medida que envejecemos estamos expuestos a las influencias del mundo, que pueden debilitar esa fuerza. Por suerte, eso no me ha pasado.

¿Por qué no?

Ciertamente se lo debo a mi madre, que es mi gran modelo a seguir, y al hecho de haber encontrado en mi marido al amor de mi vida. Todo eso me mantiene joven. Por supuesto, me estoy haciendo mayor, pero si eres feliz y has encontrado tu lugar en el mundo, eso se refleja y lo transmites.

¿Dirías que eres más fuerte que un hombre? Después de todo, también has tenido tres hijos.

No creo que sea la forma de expresarlo. Hombres y mujeres son únicos a su manera y, por eso, también fuertes de formas distintas. Uno de mis puntos fuertes es, sin duda, mi optimismo inquebrantable.

¿Y que más puntos fuertes tienes?

Solo tengo que ser honesta. No está en mi naturaleza fingir o aparentar ante los demás. Digo abiertamente lo que pienso. No a todo el mundo le gusta, pero prefiero eso a no ser sincera conmigo misma.

¿Es decir que no te muerdes la lengua?

No, pero aun así me expreso con respeto, sin usar palabrotas al hablar con

JULIA ROBERTS

Nació el 28 de octubre de 1967 en Smyrna, Georgia (EEUU). En 1990 alcanzó reconocimiento internacional con *Pretty Woman*. También *El Informe Pelicano* (1993), *La boda de mi mejor amigo* (1997) y *Notting Hill* (1999) fueron grandes éxitos. En 2001 ganó el Óscar a la Mejor Actriz Principal por *Erin Brockovich*. Entre sus películas más destacadas de los años 2000 se encuentran *Ocean's Eleven* (2001) y *Ocean's Twelve* (2004), *La sonrisa de Mona Lisa* (2003), *Agosto* (2013) y *Wonder* (2017). En 2002, se casó con el director de fotografía Daniel Moder, con quien tiene tres hijos.

la gente. Me considero, por tanto, una persona decente (ríe).

Pero tu fortaleza personal también se ha demostrado en otros aspectos. Antes no era tan habitual poder centrarse en la profesión y, al mismo tiempo, tener familia.

En mi caso, la situación fue muy favorable. Cuando tuve a mis hijos, ya me había dedicado durante unos 18 años a mi carrera. No tenía que demostrarle nada a nadie. Así pude darle máxima prioridad al bienestar de mi familia y organizar mi trabajo como actriz en torno a ello. Seguro que para mí fue mucho más fácil que para muchas otras mujeres que solo pueden coger la baja por maternidad. Y, además,



Con *Pretty Woman*, Julia Roberts y Richard Gere consiguieron un éxito mundial.

prefiero que la gente diga: “Julia se ha hecho de rogar”. Eso es mejor que “No debería rodar tantas películas”.

¿Has mantenido la misma pasión por tu trabajo a lo largo de los años?

Yo lo expresaría así: cuando acepto un proyecto, tengo que estar muy entusiasmada con él. Debe ser algo extraordinario, porque rodar significa que no puedo pasar tiempo con mis seres queridos. Me encanta estar en casa coci-

nando, horneando o simplemente descansando. La vida familiar es lo que más disfruto. Y también valoro la tranquilidad. Rodar puede ser agotador, y después de escenas difíciles, lo que quiero es abrazar a mis hijos.

Sin embargo, ninguno de tus tres hijos asistió al estreno de Caza de brujas en Venecia.

Porque están estudiando y tienen clases. No puedo hacer nada al respecto. 💎



El ser humano es una máquina. No tiene movimientos independientes, ni externos ni internos. Es una máquina impulsada por influencias externas y por estímulos externos. Por sí mismo, no es más que un autómatas con cierto bagaje de recuerdos de experiencias pasadas y con cierta cantidad de energía en reserva.

PYOTR D. OUSPENSKY, ESCRITOR RUSO (1878–1947)

ENVEJECER



**¿CÓMO AFRONTAR LOS
AÑOS VENIDROS? UNA
INVESTIGACIÓN EN PRIMERA
PERSONA CUANDO SE
EMPIEZAN A SENTIR
LOS PRIMEROS SIGNOS
DE LA EDAD**

Tobias Schmitz



Aún no necesito que nadie me ayude a cruzar la calle. Las compras también las hago bien solo. Incluso sigo conduciendo. ¡Pero si solo tengo 52 años! Ayer era todavía joven... bueno, de acuerdo, anteayer.

Y, sin embargo, desde hace unos meses tengo una pequeña caja de pastillas. Rotulada de lunes a domingo, un compartimento para cada día. Siempre pensé que eso era cosa de mayores. Ahora pienso: qué útil resulta para mis pastillas para el colesterol y mi vitamina D. No estoy enfermo, salvo por la espalda. Y los ojos. Paso el tiempo moviendo las gafas de un lado a otro: siempre hay algo que se ve borroso. No me estoy haciendo viejo. No. No. No.

Sí.

Y eso me inquieta. Mi abuelo murió con 103 años. Si yo viviera tanto como él, estaría prácticamente en la mitad de mi vida. Mi hija de 18 lo ve de otra manera. Ante mis achaques se muestra muy compasiva: "Papá, ¡estás hecho polvo!"

Parece que ha llegado el momento de reflexionar. Me pregunto: ¿cómo podemos envejecer bien?

Pequeña encuesta en mi círculo más cercano: ¿Qué ayuda? El amor y la intimidad. La familia y los amigos. La gratitud. La satisfacción. La confianza. Un poco de humildad. Pocos dolores. El humor. Una afición. Suficiente dinero para arreglárselas. Un lugar seguro. La fe y la espiritualidad. La música. A veces también unas albóndigas y una

cerveza fría. Sin embargo, me gustaría aclarar esta cuestión con más detenimiento.

Viajo a Fráncfort (Alemania). Frank Oswald, de 60 años, es profesor de Investigación Interdisciplinaria sobre el Envejecimiento en la Universidad Goethe. Afirma:

"Gracias a los avances en la salud, la educación y la prosperidad económica, nunca antes había sido tan amplia la etapa en la que podemos dar forma activa a nuestra vida en la vejez". Suena alentador. "Pero, ¿cómo darle sentido? ¿Qué es lo importante para nosotros? Aquello a lo que encontremos sentido en la edad avanzada seguirá siendo, en

ENVEJECER BIEN TAMBIÉN TIENE QUE VER CON EL DINERO. A MENOS DINERO, MÁS SOLEDAD.

última instancia, una tarea profundamente personal. Y los hallazgos científicos solo pueden ayudarnos hasta cierto punto".

Mientras charlo con Frank Oswald, me doy cuenta enseguida: necesito imágenes positivas de la vejez.

"Hoy sabemos que una actitud vital positiva y llena de curiosidad, junto con la disposición a descubrir y probar siempre cosas nuevas, influye favorablemente en el bienestar y en la calidad de vida. Incluso, de manera indirecta, puede prolongar la existencia".

Nunca se es demasiado mayor para divertirse; mente y espíritu.

Primera conclusión: la forma de envejecer bien comienza en tu cabeza

Así lo demuestran ya más de cien estudios. Una investigación a largo plazo realizada en Alemania reveló que quien no entiende el envejecimiento como un destino fatal, sino como una oportunidad de desarrollo; quien adopta una actitud optimista ante ello y vive en consecuencia, se mantiene sano más tiempo y llega a vivir más años.

“Hemos podido demostrar —me explica la profesora Susanne Wurm, directora del Departamento de Investigación en Prevención y Medicina Social del Instituto de Medicina Comunitaria de la Universidad de Greifswald— que aquellas personas que asocian la vejez con la posibilidad de poner en marcha nuevas ideas y proyectos, de aprender cosas nuevas, de permanecer abiertas y curiosas, son las que viven más tiempo”.

Ahí se incluye la curiosidad y la actitud de abrirse al cambio. Percibir qué es lo que enriquece cada día nuestra vida puede ayudarnos a sobrellevar mejor lo inevitable. Pero no en algún momento futuro, sino ahora. Porque envejecer es un proceso.



¿Se reduce todo entonces a una cuestión mental? No únicamente. Ciertamente, se trata de mucho más.

Segunda conclusión: una buena situación económica ayuda

La vida en la abundancia o en la pobreza también deja huella en la forma de envejecer. Quien vive por debajo del umbral de la pobreza, según un estudio, muere estadísticamente entre ocho y once años antes. Y, además, quienes cuentan con menos recursos se perciben con mayor frecuencia como personas solitarias, participan menos en actividades comunitarias, ejercen con menor frecuencia labores voluntarias y

cuidan bastante menos de sus nietos; todo lo cual puede reforzar a su vez la sensación de soledad.

También yo temo el día en que acabe sentado en un sillón, solo con mis recuerdos y mi dentadura postiza, mirando fijamente a la pared.

“El tema de la soledad en la vejez pertenece a los grandes mitos”, afirma el experto Frank Oswald. “Hoy sabe-

mos que la soledad en las personas mayores se da con menos frecuencia de lo que suele suponerse. No todos los ancianos están solos. El aumento de media, en comparación con la edad adulta intermedia, es mínimo y la propagación es amplia en todos los grupos de edad. Es decir: en todas las etapas de la vida hay personas que se sienten solas. Los mayores quizá tengan menos relaciones sociales que los jóvenes, pero si esos vínculos son emocionalmente importantes y duraderos, si se cultivan con cuidado, pueden ser más que suficientes”.

Claro que el dinero no sustituye las relaciones sociales. Al final, todos morimos solos. Pero antes de eso, sigue



Tener seres queridos a tu lado en la vejez te ayuda. Quien se siente necesario en su familia a pesar de ser mayor, es feliz.



siendo increíblemente importante sentirse conectado y necesario.

Tercera conclusión: el cuidado físico y la prevención ayudan

La Asociación Estadounidense del Corazón ha definido “las ocho necesidades vitales” que pueden ralentizar el proceso de envejecimiento del cuerpo hasta seis años: una alimentación saludable, ejercicio, no fumar, dormir lo suficiente, mantener un peso adecuado, controlar el colesterol, la glucosa y la presión arterial.

Ocho veces sí, sí, sí: todo en la lista.

Sin embargo, mis “necesidades” también incluyen el consumo generalmente moderado de patatas fritas con mayonesa, chocolate y tarta de manzana glaseada.

“Para mí —dice Frank Oswald— el desafío de envejecer consiste en encontrar un camino propio que no niegue los cambios ni, más adelante, las pérdidas; pero que tampoco excluya el gozo de vivir».

Una breve pausa: ¿con qué puedo contar, estadísticamente hablando? La esperanza de vida residual media de las mujeres de 65 años en los países de la OCDE se situaba, entre 2015 y 2020, en 21,3 años, y probablemente aumente hasta 25,5 años en 2065. En el caso de los hombres de esa misma edad, la media era de 18,2 años, con una previsión de ascenso a 22,8 años.

Pero esos años ganados no significan, automáticamente, tiempo de celebración.

Frank Oswald lo resume así: “Según las proyecciones de la OCDE, la fórmula, *grosso modo*, sería: un tercio bueno, dos tercios no tan buenos. Es decir: si a los 65 años me quedan estadísticamente 21 años de vida, es probable que 14 de ellos estén marcados por limitaciones de salud que requieran ayuda”.

Cuarta conclusión: no te desgastes con el estrés cotidiano

Cantidad no equivale a calidad. Y en este punto, en comparación con generaciones anteriores, la situación ha cambiado mucho: “Los 75 son los nuevos 60”, afirma Oswald. A muchos de los que actualmente tienen setenta y cinco años les va tan bien que parecen más bien que tienen 60. Desafortunadamente, esta ventaja se desvanece en la edad muy avanzada. “En pocas palabras: 90 son y seguirán siendo 90”.

Oswald observa con preocupación a quienes hoy están en plena actividad laboral. Los estudios del psicólogo del desarrollo Denis Gerstorf, de la Universidad Humboldt de Berlín, muestran que las personas de mediana edad —entre 35 y 55 años— experimentan un estrés cotidiano significativamente mayor que sus contemporáneos de los años 90. Esto se debe, entre otras cosas, a un estilo de vida en modo de crisis constante y a la doble carga aún mayor del trabajo y la familia.

“Tememos que los 40 vayan a ser los nuevos 55, al menos en lo que respecta a la percepción subjetiva del estrés”, señala Oswald.

No sirve de nada depender de la jubilación, de “ya lo haré cuando tenga tiempo”. Porque más tarde puede ser demasiado tarde.

Quinta conclusión: los cuidados pueden costar mucho dinero

“La mayoría de las personas mayores temen dos cosas”, dice Frank Oswald: “perder sus casas y padecer demencia». Ambos temores se condensan en el miedo a las residencias de ancianos.

Durante mucho tiempo, las residencias de ancianos fueron un buen negocio. En Alemania, el rendimiento neto tras impuestos oscilaba entre el 4% y el 5%, lo que resultaba atractivo en tiem-

¿PODRÍA ESTAR TAMBIÉN EN LA VIVIENDA EL LUJO DE COMPARTIR CON OTROS?

pos de tipos de interés bajo. Pero la situación ha cambiado: la inflación, el aumento de los tipos de interés y la escasez de personal están afectando a las residencias de ancianos. La presión continúa. Necesitamos inversiones privadas para poder ofrecer suficientes plazas en residencias de ancianos en el futuro. En 2030 se necesitarán alrededor de 70.000 millones de euros para construir nuevos centros y renovar los antiguos. El Estado por sí solo no podrá con ello. La situación de los servicios y residencias seguirá siendo difícil, e in-

cluso empeorará. Necesito una alternativa. El tema de la vivienda en la vejez se está volviendo esencial para mí.

Sexta conclusión: vete acostumbrando a las despedidas

Visito a mi tía Cilly y a mi tío Willi en Wolfsburg. Ambos rondan los 70 años. Hace poco vendieron su casa adosada y se mudaron a un piso de alquiler adaptado para mayores. La búsqueda no fue fácil. Las listas de espera para viviendas adecuadas para personas mayores son largas. Algunos amigos suyos habían dado ese paso años antes, al principio con mucha inquietud. “Ahora están encantados con el alivio que les ha supuesto”, dice Cilly.

Willi es más cauteloso: “Soy coleccionista. El sótano estaba lleno de cosas que eran importantes para mí o lo siguen siendo. Me costó desprenderme de ellas. Incluso podía imaginarme viviendo otros diez años más en nuestra casa”, explica. “Pero sabíamos que este paso llegaría tarde o temprano. Así que, ¿por qué no atrevernos a cambiar ahora, mientras todavía estamos bastante en forma y podemos actuar activamente?” Sigue siendo un riesgo. Una casa es más que una casa: es un símbolo de lo logrado en la vida. Nadie renuncia a ella a la ligera.

Séptima conclusión: habla de tus deseos desde el principio

Claro que me gustaría mantenerme independiente durante mucho tiempo, tal vez junto a amigos, asumiendo el

lema “cada uno lleva la carga del otro, y para lo demás buscamos ayuda”. Pero, ¿cómo empezar? ¿Y cuándo?

“¡Ahora mismo! Tengo 52 años. ¡La edad ideal!”, me dice Birgit Kasper, con quien me encuentro de nuevo en Fráncfort. Kasper, urbanista de formación, dirige la «Red Frankfurt para la Vivienda Comunitaria».

“La forma en que vivo y dónde vivo influyen en si me siento integrado o más bien aislado en la vejez”, afirma Kasper. A ella acuden cada vez más mujeres solteras o viudas de alrededor de 60 años que quieren vivir “de otra manera”: con menos cargas, de forma autónoma, colaborativas, pero con la posibilidad de recibir ayuda si la necesitan. “Estas personas se dicen: no necesito una casa aislada en el bosque, sino una comunidad activa con otros, un alquiler predecible y buenos vecinos dispuestos a ayudar, con quienes poder compartir actividades o a los que pueda pedir algo del supermercado”.

Esto se puede lograr mediante proyectos residenciales en los que cada uno tenga su apartamento manejable, pero compartan espacios: sala común con cocina, taller, lavandería, habitaciones de invitados, jardín, coches. «El lujo está en compartir», dice Kasper.

Ella desea un cambio radical en la planificación urbana: la vivienda y los terrenos son escasos y caros. “Vivir es un tema altamente político. Por eso, las ciudades y municipios deben definir qué significa para ellos una ciudad habitable. Ya no debería ganar quien más

paga por un terreno, sino quien presente el mejor concepto para la convivencia”.

Última conclusión: soy un ser social

El intercambio social no debe limitarse al propio hogar. Los llamados “terceros lugares” —no el trabajo ni la casa— son excelentes para hacer nuevos contactos, prevenir la soledad y crear redes que favorezcan un envejecimiento digno. Suiza es un ejemplo.

Tengo cita con Simon Stocker, de 43 años, que asesora a cantones y municipios suizos en políticas de envejecimiento. “No necesitamos guetos de ancianos, sino espacios habitables y atractivos para todas las generaciones”, afirma. “Las personas mayores deben formar parte de la comunidad de manera natural. Tienen múltiples capacidades y quieren seguir contribuyendo. La sensación de eficacia personal es clave para envejecer bien”.

Los “terceros lugares” facilitan estos encuentros: puede ser un café, un grupo de cocina, un club de paseo, un bar o un centro comercial. O, en general, un barrio activo, una “comunidad solidaria” en la que cada uno se preocupa un poco por los demás.

No envejeczo solo. Todos lo hacemos. ¡Unámonos! Cuanto más conectados e integrados estemos, más plena puede ser nuestra vida con el paso de los años, manteniendo la curiosidad por lo que aún es posible, pese a todas las limitaciones que vendrán. 💎



CUANDO LA NATURALEZA HABLA

DRAMA EN LA VIDA REAL

El martes 29 de octubre de 2024, una masa de aire frío en altura descendió desde el Ártico y coincidió en España con una borrasca, con vientos que arrastraban hacia el interior de la península masas de aire muy húmedas debido a las altas temperaturas del mar Mediterráneo. Al toparse con las montañas próximas a la costa, se elevaron y chocaron con masas de aire muy frío que dieron lugar a violentas precipitaciones en montañas que vierten a ríos y barrancos de caudal habitualmente escaso, que se vieron desbordados. En algunas localidades no llegó ni a llover cuando una ola de agua arrasó todo a su paso, antes de que llegara el aviso de alerta. El resultado fueron 228 personas fallecidas y 78 municipios afectados. Muchas personas perecieron en garajes, pisos bajos y arrastrados en sus coches. Estas son algunas de las historias de los que pudieron contarla.

«¡Aguanta! ¡Aguanta!»

POR PATRICIA ORTEGA DOLZ, PUBLICADO EN *El País*

«¡SUSANA! ¡SUSANA!», gritaba con todas sus fuerzas Jorge cada 15 minutos desde su balcón de la calle Padre Luis Méndez, en Sedaví (10.600 habitantes), el pueblo de desembocadura de la riada que el 29 de octubre de 2024 arrasó la comarca valenciana que colinda con el barranco del Poyo y el río Magro. Sus gritos eran acallados en medio de la oscuridad por la estruendosa avenida de agua lodosa, cargada de todo cuanto había arrastrado a su paso. Pero, como si de su eco se tratara, las vecinas del segundo

y el tercero del edificio de enfrente repetían desde sus terrazas: «¡Susana! ¡Susana!». Hasta que sus voces llegaban a los oídos de la deportista Susana Pareja (52 años), encaramada a la reja de una ventana de un bajo, a escasos 30 metros de su casa y con el lodo por la cintura. Ella, enganchada a los barrotes junto a su amiga y vecina Vanesa, respondía: «¡Estoy bien! ¡Estamos bien!». Y como el eco, su mensaje regresaba por los balcones: «¡Está bien!», «¡Están bien!».

Susana Pareja, leyenda del balonmano femenino español, ex jugadora



La deportista Susana Pareja durante las labores de limpieza tras el paso de la dana en Sedaví (Valencia).

podía salir sola. La puerta de su vehículo ya no se podía abrir. «Así que sacó la mitad del cuerpo por la ventana y yo tiré de ella», cuenta Pareja. Los minutos que duró esa operación fueron suficientes para elevar el nivel del agua a sus cinturas: «Ya no podíamos cruzar hasta nuestro portal», dice. La calle era un río furioso, que embestía con fuerza.

Primero se agarraron a unos bolardos de un soportal y después lograron trepar por la verja de una ventana y engan-

profesional de balonmano con 27 títulos, entre ellos una Copa de Europa, y hoy entrenadora, salió (como tantos otros vecinos) a mover el coche de su padre al ver que «venía lluvia y había un hilillo de agua por la avenida de Valencia, el bulevar que cruza el pueblo», recuerda. De regreso a casa, el agua ya le llegaba por la rodilla. Ella es una más de las muchas personas que acudieron al rescate de quienes ya eran arrastrados o cubiertos por el lodo. En su bloque, fueron varios los héroes anónimos que sacaron a pulso a aquellos a quienes se estaba tragando la riada.

«Vi a Vanesa en su coche, que ya casi flotaba por la calle, y le dije: ‘¿Qué haces ahí?, ¡sal del coche!’». Vanesa no

chase a ella. «Ahí permanecemos casi seis horas, desde poco antes de las 21 horas hasta que bajó el agua de nuevo, hacia las tres de la madrugada», prosigue Pareja. Lo recuerda todo recorriendo uno a uno sus pasos debajo del lodo y los puntos de la calle que les sirvieron de ancla y les permitieron salvar la vida, hasta que se rompe en lágrimas.

«No tuve miedo, tuve mucho frío; el agua estaba helada, solo pensaba en aguantar, aguantar, aguantar», asegura la deportista. «Yo le decía a Vanesa: ‘aguanta’, y trataba de bromear con ella: la siguiente será ir a Supervivientes» [reality show de la televisión que pone a prueba la supervivencia]. «Teníamos que rebajar la tensión y ayu-

darnos mutuamente a base de ánimo», dice.

La noche se hizo eterna: «Los coches se estampaban contra las paredes y se amontonaban, afortunadamente, al otro lado de la calle». Una imagen se le quedó grabada: «Con la escasa luz que daban los móviles de los vecinos, vimos pasar decenas de coronas de flores,

pensábamos que eran ruedas de coches», relata. «Provenían del tanatorio, estaban preparadas para el día de los difuntos y, tras ellas, pasó flotando un ataúd, era tétrico y horrible todo», relata. Susana y Vanesa se volvieron a ver días después limpiando el espeso barro que lo cubría todo. Ambas evitaron hablar de lo vivido aquella noche.

El nuevo amanecer de Aurora

POR IGNACIO CABANES, PUBLICADO EN *Levante-EMV*

AL IGUAL que la diosa romana de la que recibe su nombre, la historia de Aurora, una bebé de un mes que sobrevivió a la riada en Paiporta, en Valencia, protegida en el interior de una maleta, simboliza el amanecer después de la tragedia vivida esa noche del 29 de octubre de 2024. La pequeña viajaba en un coche junto a su madre, Flor, y su abuela, de 68 años, cuando la tromba de agua les sorprendió regresando de la zona comercial de Alfafar, a 9 kilómetros al sur de la ciudad de Valencia.

A la altura del polígono industrial de Paiporta, las dos mujeres y la niña tuvieron que salir del vehículo cuando empezó a entrar el agua. Al llevar una bebé de apenas un mes a bordo intentaron avanzar lo máximo posible en el coche mientras llamaban a emergencias, que obviamente no daba señal. «Tenía que

haber reaccionado antes pero me entró un ataque de pánico, el freno de mano estaba puesto y el coche se movía», recuerda con angustia Flor. «Por suerte estaba mi madre, que iba detrás con la pequeña, y fue la que me dijo que teníamos que salir del coche», recuerda.

El agua ya llegaba por encima de la puerta cuando trató de salir. «Al principio no podía abrir», y su madre menos aún, ya que si abría la puerta el agua inundaría el vehículo con la niña dentro. La situación era límite.

Cuando finalmente logró salir del coche, su madre le pasó a la pequeña Aurora por el maletero, sin que llegara a alcanzarle el agua. Con la niña en alto y el agua por la cintura, ambas mujeres —la madre operada de cesárea hacía apenas un mes— caminaron haciendo frente a la corriente lo más pegadas a la pared de las naves. «Nos agarrábamos



Arriba: Azahara junto a la pequeña Aurora, de solo un mes, tras ser rescatadas. Izquierda: Aurora, superviviente de la dana, en la maleta en la que la protegieron del agua y el frío.

a una reja para que no nos arrastrara», recuerda. En esos momentos su única obsesión era poner a salvo a su hija.

Mientras la niña incomprensiblemente dormía ajena al peligro, su madre y su abuela, presas del pánico, llegaron hasta un transformador donde había dos personas subidas. «Un hombre me pedía que le diera a la niña, pero yo no quería soltarla», reconoce Flor, que ni siquiera se la dejaba a su madre porque sentía que si se separaba de ella no la iba a poder proteger.

«Al ver que el agua subía y subía» la mujer le entregó a su hija a una mujer a la que, junto a los guardias civiles que las rescatarían posteriormente, estará eternamente agradecida. «Vi

que era una mujer alta y por eso creo que se la dejé», argumenta refiriéndose a Azahara Subiela, una vecina de Paiporta de 32 años cuyos caminos se unieron esa noche.

Minutos antes, Azahara, que volvía a casa tras acudir a su gimnasio habitual en Alfafar, tuvo que escapar también de su vehículo antes de que la siguiera arrastrando la corriente. «Una ola me arrastró entera, empezó a entrar el agua al coche y bajé como pude la ventanilla y salí, no sé cómo», relata esta segunda superviviente.

«El agua me llegaba a ras de la cintura y me subí a un muro», recuerda. En este lugar elevado fue cuando vio a un hombre que pedía ayuda porque

había unas mujeres con una bebé en el agua. «Me subí a una caseta y de ahí a por Aurora, la bebé, trepando a una valla sin pensármelo», recuerda.

Dice no estar segura de que si no hubiera sido una bebé la que estaba en peligro hubiera saltado al agua desde el muro, en que se sentía más o menos a salvo. «Fue una buena decisión tirarme a por ellas», de hecho, confiesa que eso fue lo que le salvó la vida a ella, ya que el muro en el que se encontraba desapareció instantes después por la fuerza del agua.

«Flor me dio a la chiquilla, y la metí dentro de una empresa de recambios de coche», explica, cuando la presión del agua rompió la puerta de esta nave próxima. Allí se refugiaron las tres mujeres, la niña y dos hombres, mientras el nivel del agua seguía subiendo. Lograron llegar hasta unas oficinas situadas en una especie de segunda planta, en las que había luces de emergencia con las que combatir la oscuridad. Allí, buscaron prendas de ropa con las que proteger a la niña. «Metimos a la chiquilla en una maleta por si tenía que flotar, y la tapamos con chaquetas y un paño», recuerda Azahara.

«Aquello era una ratonera, si el nivel seguía subiendo nos ahogábamos dentro de la fábrica por mucho que quisiéramos escapar». Con unas botellas rom-

pieron la verja de una ventana y cogieron puertas y ruedas para estar preparadas y poder flotar, en caso de que el agua subiera a esa planta superior en la que estaban atrapadas con la bebé.

Así permanecieron durante un par de eternas horas hasta que escucharon el sonido esperanzador de la Guardia Civil. «Escuchamos que gritaban: ¿Hay alguien? y enseguida les dijimos que estábamos con una bebé», recuerda. «Fuera no había luz, hacía frío, y muchos coches que aún flotaban ».

«Yo estaba en *shock* y fue un alivio ver en ese momento a los guardias civiles», confiesa agradecida la madre de

la niña cuando por fin fueron rescatadas por la reja que previamente ellas habían abierto buscando una vía de escape. Los agentes las llevaron hasta la casa de un familiar de

“METIMOS A LA NIÑA EN UNA MALETA POR SI TENÍA QUE FLOTAR, Y LA TAPAMOS CON CHAQUETAS”

Azahara a pocos metros sin soltar a la niña en ningún momento hasta verla a salvo.

Azahara confiesa que se le pone la piel de gallina al recordar el beso que el sargento de Paiporta que las rescató le dio en la frente a la pequeña. «Esa imagen no se me va a olvidar jamás, fue tan tierno, la sensación de saber que habían salvado a Aurora», recuerda emocionada. «Fue un milagro, lo más valioso de esa noche después del terror. Creo que ese hombre tuvo por un momento calma en su mente».

El árbol de la vida

POR IGNACIO CABANES, PUBLICADO EN *Levante-EMV*

BREINNER RODRÍGUEZ, venezolano de 24 años vecino de Torrent, municipio de casi 90.000 habitantes diez kilómetros al suroeste de Valencia, es pintor de vehículos en una empresa de carrocería de Paiporta, cuando el martes 29 de octubre le pilló la riada al salir de trabajar a las 18:50 horas mientras iba hacia el metro.

Breinner recuerda que esa tarde le llamó su pareja y su madre advirtiéndole de que había riesgo de inundación, «pero yo no las creía, porque donde nosotros estábamos nada más que hacia viento, un viento normal, por eso seguimos trabajando». No fue hasta que se fue la luz cuando finalmente

pararon y su jefe le dijo que recogieran y se marcharan. «Como vi que mis compañeros se estaban demorando mucho en vestirse, yo me fui delante caminando hacia el metro».

A unos cien metros de la parada vio que venía agua, pero siguió caminando a paso rápido. A escasos diez pasos del metro se encontró con un guardia civil que no estaba de servicio esa tarde pero que, al igual que otros compañeros, salió a la calle para alertar a la población —sin saber todavía la magnitud de lo que se avecinaba—. «Nos decía que subiéramos a los tejados o a cualquier vivienda que pudiéramos con varios pisos», recuerda.



«Me dijo: sígueme, y en cuestión de uno o dos minutos el agua ya nos llegaba a las rodillas», relata con desazón al recordar aquellas personas que vieron pasar y a los que no pudieron agarrar, sin saber si figurarían luego en la larga lista de fallecidos, o si al igual que ellos, consiguieron sujetarse a algún árbol, muro u otro elemento alto.

«En todo momento mantuvimos la calma», asegura Breinner, quien confiesa que en esos momentos lo que trataban era precisamente de ayudar a alguien si veían que podían llegar a él. «Yo cogí una rama bastante larga por si estaban siendo arrastrados por la corriente para que se agarraran», relata de esos primeros instantes, donde todavía primaba más el salvar la vida de otros que ponerse uno mismo a salvo.

Pero la crecida del nivel del agua les hizo replantearse la situación y buscar inmediatamente un lugar más elevado. «De repente escuchamos un ruido muy fuerte y se fue la luz de toda la calle», recuerda. Ahí ya no dudaron y se subieron al árbol que tenían más próximo.

Allí permanecieron aferrados, con el agua hasta las rodillas, durante más de cinco horas, «aguantando golpes de carros y de todo lo que pasaba. Gracias a Dios que el árbol aguantó, si no ahora no estaría aquí contándolo», confiesa el joven.

El cabo de la Guardia Civil dio su posición por la emisora a sus compañeros, pero debido a la corriente ni siquiera podían aproximarse a ellos en zodiac para rescatarlos. «Estábamos

solos, a oscuras, empapados y solo veíamos pasar muertos». Pese a todo, asegura que no perdió la esperanza de que les rescataran, en buena parte porque la emisora del guardia que estaba con él seguía funcionando y eso lo tranquilizaba.

Pero las noticias que llegaban no eran muy esperanzadoras. Cuando les dijeron que no podían llegar a ellos y que el nivel del agua iba a aumentar, ambos comenzaron a flaquear. «Nos dieron por muertos», confiesa Breinner. Además «el viento era catastrófico».

LES DIJERON QUE NO PODÍAN LLEGAR A ELLOS Y QUE EL NIVEL DEL AGUA IBA A AUMENTAR.

Si algo podía empeorar, de repente una furgoneta blanca, «de unos 700 kilos, pegó contra el árbol y parecía que se iba a romper. «El cabo me decía, si se rompe el árbol agárrate fuerte, no lo sueltes». «Ahí sí pensé que íbamos a morir, porque si caíamos la presión del agua era demasiado bárbara», confiesa.

Breinner estaba por encima del guardia, por lo que la situación del cabo era más complicada. «Él estuvo a punto de morir porque la corriente era muy fuerte y no se había cogido bien, yo lo jalé, se logró subir pero una de las botas no le calzó bien y se resbaló y se fue al

agua otra vez», recuerda Breinner. El guardia llevaba en contacto con el agua horas.

Después de mandarle mensajes a sus padres, su hermano y su pareja, tratando de que no sonara a despedida porque al mismo tiempo no quería preocuparlos, Breinner asegura que se mantuvo sereno, «sin llegar a perder la fe en ningún momento».

Pasada la una y media de la madrugada el nivel del agua comenzó a bajar muy rápidamente. De hecho, cuando se dieron cuenta de lo alto que estaban tuvieron que saltar varios metros. Breinner se dirigió hacia la nave de su trabajo para saber cómo estaban sus compañeros, mientras que el guardia civil nada más bajar comenzó a buscar y rescatar supervivientes.

«¡No salgáis!»

POR PATRICIA ORTEGA DOLZ, PUBLICADO EN *El País*

EN LA MANZANA de pisos de la calle Padre Luis Méndez, en Sedaví, en un primer piso, estaban Javier Ruiz Nieto, de 47 años, su esposa, Yolanda Moraga, de 46, junto a sus hijos. Todos en su terraza, asomados al desastre de la amplia avenida de Valencia de Sedaví. «Veíamos pasar coches flotando con luces encendidas y gente dentro, sin poder hacer nada», se lamenta Ruiz, que asegura que a su familia les salvó su madre, que les llamó desde Masanasa [a 3 kilómetros] («¡No salgáis, que va muchísima agua!», les alertó) cuando iban a salir a comprar al supermercado. Y se quedaron en casa.

Desde el balcón escuchaban gritos de auxilio cercanos. Pero se asomaban y no veían a nadie. Finalmente, por un lateral de la terraza, descubrieron a sus vecinos del bajo, los argenti-

nos Mercedes Moyano, de 60 años, y Daniel Caligaris, de 63, junto a tres familiares que habían venido a visitarles. Luchaban por no ser arrastrados por la fuerza de la gigantesca ola de barro que avanzaba implacable pueblo abajo. «Les había entrado todo el lodo, estaban con el agua literalmente al cuello, agarrados a dios sabe qué», recuerda Ruiz. «No sabíamos qué hacer». Fue Yolanda la que sugirió anudar unas sábanas: «Hay que intentarlo», le dijo con convicción a su marido. Y les lanzaron por el balcón esa suerte de cuerda: «No sé ni cómo lo gré subir», dice Daniel, eternamente agradecido a «estos ángeles», mientras, días después, sacaba a la calle todos sus enseres embarrados. Uno a uno, Javier, Yolanda y sus hijos subieron a pulso a los cinco hasta el primer piso, salvándoles la vida. 📌

PIONERAS DE LA PROGRAMACIÓN

SEIS MUJERES PIONERAS
DE LA PROGRAMACIÓN EN
EL GERMEN DEL PRIMER
ORDENADOR DEL MUNDO

Roland Schulz





No existían manuales ni modelos
a seguir para el ENIAC. Las
mujeres tuvieron que aprender a
programar por sí mismas.



JEAN JENNINGS

SE DIO LA orden de seleccionar a seis programadoras que no estuvieran embarazadas ni casadas. Su tarea: secreta. Su trabajo: crucial para el esfuerzo bélico. El resto se revelaría después de ser seleccionadas.

En aquel entonces, el Ejército de Estados Unidos contaba con más de 200 programadoras, es decir, calculadoras. Entre ellas corrió el rumor sobre un asunto secreto que hablaba de una máquina misteriosa, tan novedosa que aún carecía de nombre. Todas las programadoras querían ponerle las manos encima, incluida Jean Jennings.

Jennings, una bella morena de 20 años, era una programadora típica de aquellos días al final de la Segunda Guerra Mundial: rápida, precisa y tan competente en la tercera potencia que trabajaba exclusivamente con ecuaciones diferenciales no lineales. A nadie le

sorprendía que fuera mujer. En aquella época, cuando la revolución digital estaba empezando, casi todas las programadoras eran mujeres.

Cuando Jennings habló con el oficial que seleccionaba a los candidatos para el proyecto secreto, este le preguntó qué sabía sobre electricidad. “ $V = I \times R$ ”, respondió Jennings. Pensó que la ley de Ohm sería suficiente para demostrar sus conocimientos. No, no, dijo el oficial, no era eso lo que quería decir: ¿le daba miedo la electricidad? Jennings lo miró. ¿Miedo? ¿A un fenómeno físico? “No tengo miedo”, respondió ella.

Poco después, recibió la noticia. Jennings había sido seleccionada como una de las seis mujeres que se convertirían en leyendas de la historia de la informática: programaron el primer ordenador electrónico del mundo.

Las mujeres formaban un grupo heterogéneo que solo la guerra podría

DE: PM (01/2025) ©ROLAND SCHULZ

(IZQUIERDA) © NW MISSOURI ARCHIVES; (DERECHA) © STONEHOUSE PHOTOGRAPHIC/CAMERA PRESS/LAIF

haber reunido en aquella época. La mayor del grupo, Betty Snyder, tenía 28 años y era descendiente de una familia cuáquera de Pensilvania. Ruth Lichterman y Maryln Wescoff procedían de familias judías. Frances Bilas era una de las cinco hijas de un técnico, y Kay McNulty era hija de un cantero que había emigrado de Irlanda.

Lo que unía a estas jóvenes era su deseo de escapar de las limitaciones de sus orígenes, donde sus vidas estaban determinadas por el género, la ascendencia y la religión. La más joven del grupo, Jean Jennings, demostró que las matemáticas podían hacerlo posible.

Jennings creció en una granja de Misuri. Era una joven fuerte que se subía a lo alto del molino de viento y saltaba desde el tejado del granero. Rápidamente superó ese mundo. Pero cada intento de liberarse la llevaba a límites que parecían aplicarse solo a ella. ¿Por qué a ella, la mejor lanzadora de un

equipo de softbol compuesto solo por chicos, de repente no se le permitía seguir jugando? ¿Por qué sus hermanos ganaban un dólar al día por cortar maíz, pero ella, que trabajaba igual de duro, solo ganaba 50 centavos? Solo no había barreras en la escuela. Por mucho que quisiera saber, por mucho que quisiera aprender, nadie la frenaba.

SU PADRE, que trabajaba como maestro del pueblo, satisfacía su sed de conocimiento lo mejor que podía. Su madre, que había dejado la escuela sin graduarse, se aseguraba de que asimilara especialmente el álgebra y la geometría. Las matemáticas, que abrían el camino a una carrera en la enseñanza o la administración, se consideraban respetables para las mujeres.

Jennings tenía un talento natural. Entendía las matemáticas como un juego, una especie de rompecabezas sin fin que se volvía más fascinante cuanto más lo resolvía. Saltó un curso. En 1941,



ELIZABETH FEINLER

Las terminaciones .com o .org, que ordenan Internet son obra de Elizabeth Feinler. Esta informática trabajó desde 1972 como directora del legendario «Network Information Center» en ARPANET, el proyecto pionero de redes informáticas, precursor del Internet moderno. Su grupo de trabajo no solo creó el primer sistema de nombres de dominio, sino que también sentó las bases para el envío de correo electrónico, los actuales e-mails.



MARGARET HAMILTON

Llevar al hombre a la Luna supuso un ingente trabajo, como demostró Margaret Hamilton de forma tangible. En 1969, la programadora apiló para una foto el código de programación que controlaba la cápsula espacial «Apollo», una montaña de papel tan grande como ella. A bordo del «Apollo» solo había 72 kilobytes de memoria disponibles, por lo que Hamilton apostó por ejecutar las tareas por orden de prioridad, base del software moderno.

poco antes de que Estados Unidos entrara en guerra, comenzó a estudiar matemáticas. Tenía 16 años. ¡Era genial! ¡Análisis! ¡Y enamorada! ¡Aritmética y su primer beso con un marinero!

En 1944 se graduó. En lugar de convertirse en maestra, Jennings respondió a un anuncio del ejército: ¡Se buscan matemáticos! En aquella época, las mujeres sustituían a los hombres, que habían sido reclutados, en fábricas y oficinas, incluso en trabajos extraordinarios: en la universidad de Filadelfia se calculaban tablas balísticas para el ejército, manuales para la artillería que registraban las trayectorias de diversos proyectiles para armas.

Los cálculos se hacían a mano, con la única ayuda de una máquina tabuladora que podía multiplicar y dividir. A los empleados que realizaban los cálculos se les llamaba por el nombre de su trabajo: computadoras.

CUANDO JENNINGS COMENZÓ a trabajar como programadora en Filadelfia a principios de 1945, vio que todos los puestos de trabajo estaban ocupados por mujeres, dirigidas por una jefa con un cigarrillo en la boca. De donde venía ella, una mujer respetable tenía que escabullirse detrás del invernadero para fumar. Calcular una trayectoria significaba resolver ecuaciones, infinitas, salpicadas de raíces y funciones trigonométricas. Calcular una sola trayectoria podía llevar días; era una tarea exigente pero monótona. Jennings se aburrió rápidamente.



GRACE HOPPER

Su idea era simple, pero genial: en lugar de dar órdenes a los ordenadores mediante unos y ceros, Grace Hopper creó en 1952 el primer compilador que entendía lenguajes más comprensibles y los traducía a códigos máquina, piedra angular de todos los lenguajes de programación. La informática colaboró en el desarrollo del lenguaje de programación COBOL. Hopper, que sirvió en la Marina de Estados Unidos, llegó a ser contralmirante.

El ambiente lo compensaba. Tantas programadoras ganando su propio dinero, viviendo lejos de casa, libres de restricciones... De vez en cuando, las jóvenes celebraban sus vidas con una canción que ellas mismas componían, que culminaba con la frase:

“Tenemos un complejo / de vino, sexo y $f(x)$ ”.

Cuando comenzaron a circular rumores de que había un proyecto secreto, muchas programadoras esperaban ser elegidas. Se habían dado cuenta de que se estaba construyendo un dispositivo

en la primera planta del edificio donde se encontraban, y que ocupaba todo el piso.

Pero solo las seis mujeres que rodeaban a Jennings pudieron ver el dispositivo, una vista impresionante: detrás de una fachada de paneles de control brillantes, se extendía un enrejado de segmentos de metal negro que se elevaban, de los que brotaba una maraña de cables que conectaban miles y miles de tubos electrónicos.

El dispositivo medía 30 metros de largo, pesaba casi 30 toneladas y consumía tanta electricidad que se rumoreaba que al encenderlo las luces de la ciudad parpadearían.

Varios grupos bélicos habían trabajado en secreto en la idea de una computadora electrónica. En Berlín, Konrad Zuse estaba construyendo su Z3; en Gran Bretaña, Colossus se enfrentaba a los códigos secretos alemanes, y en Estados Unidos, Mark I calculaba la potencia de la bomba atómica, pero ninguna de estas máquinas combinaba todas las características que más tarde definirían a una computadora.

Solo lo hacía el coloso de la primera planta de Filadelfia. Calculaba de forma electrónica. Funcionaba de

forma digital. Y estaba diseñada como un ordenador universal, potencialmente capaz de resolver cualquier tarea lógica.

Sin embargo, para liberar este potencial, la máquina requería personal que pudiera reconfigurar sus cables y componentes para cada tarea, una labor exigente y tediosa. A los hombres que habían concebido y construido la máquina, esto les pareció un trabajo para mujeres. Se dio la orden de seleccionar a seis operadoras de computadoras.

Cuando Jennings y sus colegas comenzaron su trabajo, se les dijo que se familiarizaran con la máquina. No había manuales. No había instrucciones de funcionamiento. Solo un montón de planos y diagramas de circuitos.

La miembro más veterana, Betty Snyder, les dio a las seis mujeres un lema para prepararlas para trabajar entre

hombres: “Luce como una chica, actúa como una dama, trabaja como un perro”. Así que se metieron dentro de la máquina. Analizaron los circuitos y su lógica. Hasta que se sintieron tan seguras en ese laberinto que podían encontrar un tubo defectuoso entre los 17.468 tubos electrónicos más rápido que los inventores. Ahora podían conciliar la maraña de cables con las ecuaciones que tenían en la cabeza, y comenzaron a escribir tareas para la máquina.

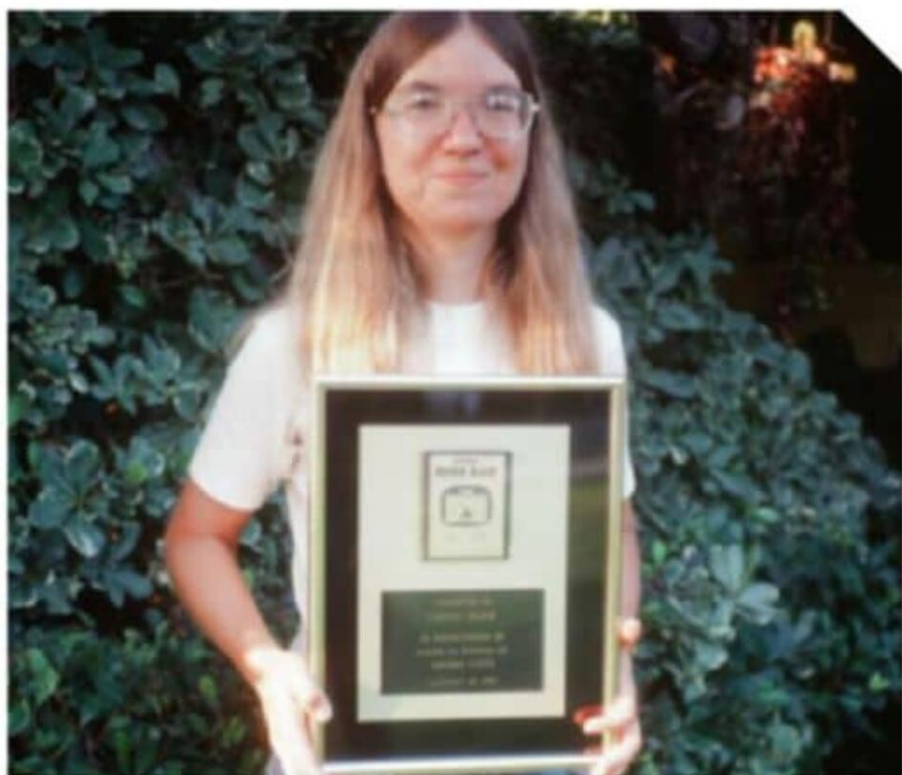
El mundo de la informática era tan joven que no existía una palabra para lo que hacían. Como implicaba mucho cableado, las seis mujeres lo llamaron “enchufar”. Los hombres que las rodeaban estaban extasiados. Pero, aparte de un poco de reconocimiento, nada cambió. Seguían siendo empleadas subprofesionales a las que no se les pagaba el salario de un hombre.



HERMANA MARY KENNETH KELLER

Cuando obtuvo su doctorado en 1965, Mary Kenneth Keller destacó entre la multitud de graduados: una monja con el hábito de las «Hermanas de la Caridad» era la primera mujer en obtener un doctorado en informática en Estados Unidos. Keller, que participó en el desarrollo del lenguaje de programación BASIC, consideraba que los ordenadores eran una revolución: «Por primera vez», dijo, «podemos simular mecánicamente el proceso cognitivo».

(IZQUIERDA) USED WITH PERMISSION OF CLARKE UNIVERSITY ARCHIVES, DUBUQUE, IOWA;
(DERECHA) © WIKIMEDIA/ CREATIVE COMMONS ATTRIBUTION-SHAREALIKE 4.0 INTERNATIONAL



CAROL SHAW

Al principio, los ordenadores solo se utilizaban para trabajar, pero pronto el entretenimiento tuvo un papel importante. Carol Shaw es considerada la primera diseñadora de videojuegos: empleada en Atari, desarrolló inicialmente juegos como «3D Tic Tac Toe». En 1982 programó «River Raid», un juego de disparos en el que había que pilotar un caza que volaba sobre un río. Fue un éxito de ventas, con más de un millón de copias.

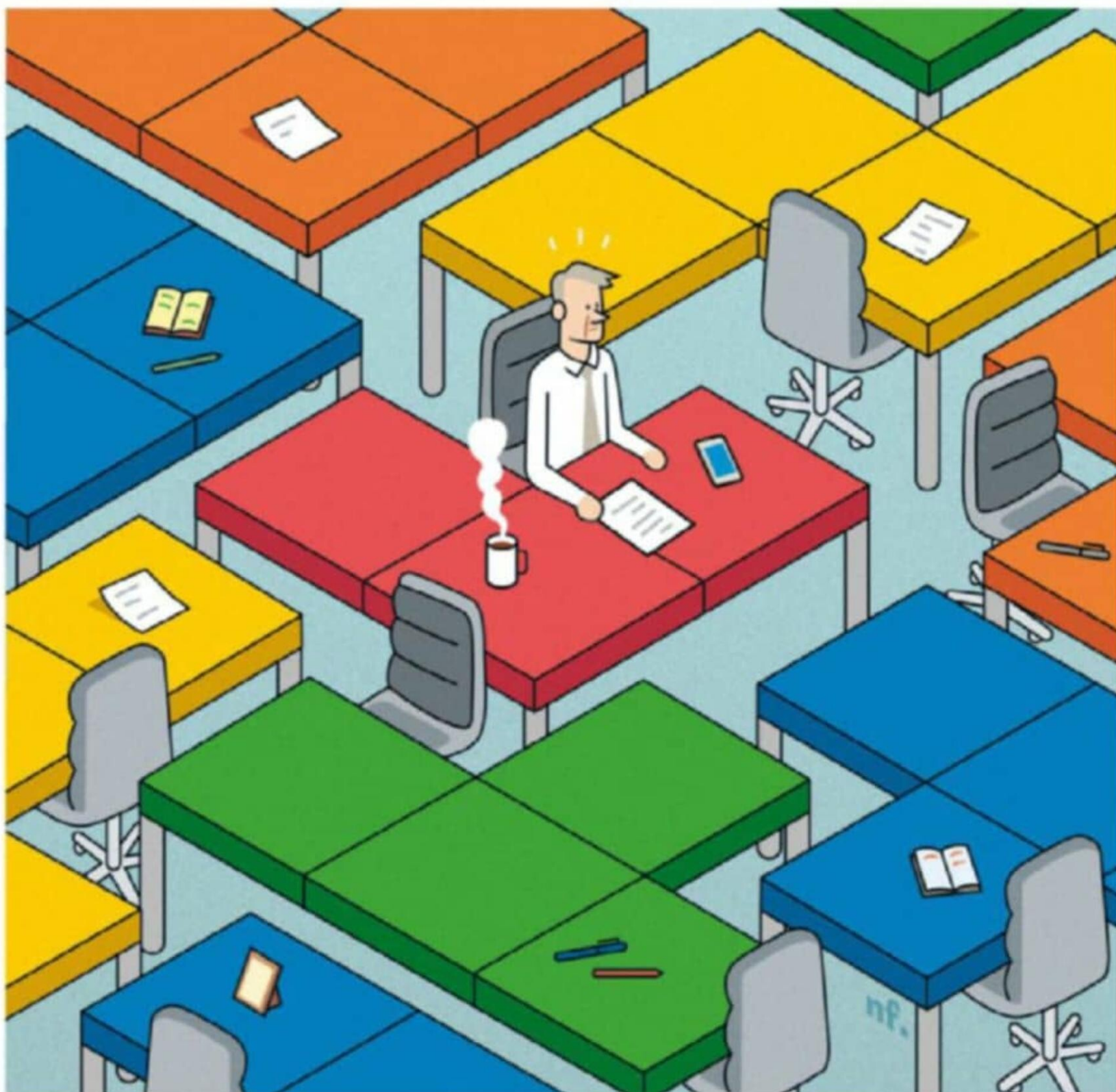
Cuando la máquina estuvo lista para su uso, tras meses de trabajo, la guerra había terminado. A principios de 1946, se reveló su existencia. La fecha: 15 de febrero de 1946. La tarea: calcular la trayectoria de un proyectil más rápido de lo que este viajaba. Se ordenó a las mujeres que conectaran la máquina. Trabajaron día y noche dos semanas.

FUE UN ÉXITO total. Los hombres lo habían pensado todo: cena con la prensa, presentación y, para los fotógrafos, colocaron medias pelotas de ping-pong

sobre los diodos de luz del ordenador, creando la impresión de que se trataba de un ser vivo. Los informativos mostraban imágenes de la maravillosa máquina y de sus inventores, y los periódicos elogiaban a los hombres detrás del cerebro de la máquina llamada ENIAC (“Electronic Numerical Integrator and Computer”: Integrador y Computador Numérico Electrónico). Pero no se mencionó a las mujeres. Las seis programadoras del ENIAC no habían sido invitadas. Jennings estaba furiosa: en el momento en que el primer ordenador electrónico del mundo hacía historia, sus programadoras quedaban fuera. Era como si su papel hubiera sido borrado: cuando el ejército utilizó fotos del ENIAC para reclutar nuevo personal, las imágenes fueron recortadas para que solo se viera a los hombres.

Las seis mujeres estuvieron con la máquina hasta que fue trasladada. Luego, cada una siguió su camino, se casó, tuvo hijos y dejó de trabajar. Jennings dedicó más de una docena de años a su familia, luego volvió a la programación profesional. Los nombres de Snyder, Lichterman, Wescoff, Bilas, McNulty y Jennings se olvidaron.

No fue hasta la década de 1990, cuando las historiadoras redescubrieron a estas pioneras. Jean Jennings Bartik recibió un doctorado *honoris causa*. Hasta su muerte en 2011, animó a las jóvenes a seguir una carrera profesional: “Haced lo que os guste. Yo he disfrutado cada minuto. Si no os gusta lo que hacéis, ¿qué os queda?” 🍷



EL INFIERNO DE LA OFICINA **MODERNA**

*El espacio escasea, se prohíben los cajones
y ya no hay nadie que vacíe las papeleras*

Richard Glover

¿T IENES LA SUERTE DE trabajar en un edificio de oficinas de última generación? ¡Fantástico! El espacio escasea, así que los escritorios están pegados unos a otros. De ese modo, uno se entera absolutamente de todo lo que pasa en la empresa.

¿Se ha estropeado el aire acondicionado en la oficina de Fráncfort? Ya lo sabes, aunque estés en Ciudad de México. ¿El perro del subdirector sufre una obstrucción intestinal? Si algún colega necesita detalles, tú los tienes todos.

El hecho de que los escritorios estén tan juntos ha dejado sitio para 27 salas de reuniones reservables que nadie utiliza. Supongo que se podría entrar en una de ellas para rezar. Algo como: “Dios mío, ¿podrías hacer que todos se callen, por favor?”

El hacinamiento, sin embargo, rara vez es un problema. En muchas empresas todo el mundo teletrabaja.

Excepto los miércoles. Parece que hay una norma no escrita según la cual los empleados deben acudir a la oficina los miércoles. Es casi como una fiesta: cuatro días a la semana el aparcamiento está vacío; el miércoles, a rebozar.

Esto también explicaría otras rarezas de la oficina moderna. Para empezar, ya no hay papeleras, al menos no la que antes estaba bajo mi escritorio. ¿Para qué contratar a alguien que las vacíe si nadie va a la oficina? Así que, cada vez que quiero tirar algo —un corazón de manzana, un clip torcido, un envoltorio

de plástico—, debo cruzar hasta el otro extremo del edificio.

“¿Y dónde está el problema?”, me dirías. “Podrías usar uno de los cajones del escritorio como papelera y vaciarlo cada pocos días”.

Gran idea, pero resulta que los escritorios ya no tienen cajones. Romperían las líneas limpias del diseño interior y la atmósfera moderna. Hoy en día, toca apilar tus cosas sobre la mesa y apar-

LOS ESCRITORIOS ESTÁN PEGADOS UNOS A OTROS. ESO DEJA ESPACIO PARA SALAS DE REUNIONES QUE NADIE USA.

tarlas cuando necesitas usar el teclado.

Por cierto, esos montones de objetos personales revelan mucho sobre los compañeros. Aquella de allí tiene asma: ahí está su inhalador broncodilatador. Ese de más allá —es decir, yo— toma demasiado ibuprofeno para su rodilla destrozada. Y aquel de allí —¡neurótico!— acumula suficientes mascarillas para sobrevivir a las próximas cuatro pandemias.

Por cierto, las estanterías también están prohibidas, porque se cree que todo el material impreso está disponible *online*, lo cual es una idea fantás-

tica... si fuera cierta. La idea de que existen montañas de libros que nunca han sido digitalizados no es algo que los diseñadores de oficinas modernas puedan considerar plausible. Tampoco lo es imaginar que alguien ha marcado sus libros más usados con post-its para poder sacarlos del estante y utilizarlos al instante.

Y no olvidemos los teléfonos fijos. Solo quedan unos pocos y hay que reservarlos si se quiere usar uno.

“Total, todos llaman con su móvil”, dicen.

“¿Y no podrían facilitarnos un teléfono de empresa para llamadas de trabajo?”

“No, usa tu propio móvil. Seguro que tu plan cubre llamadas ilimitadas.”

Otra característica de la oficina moderna es que todo es “autoservicio” y accesible mediante una interfaz informática diseñada para desanimarte. ¿Necesitas pedir vacaciones? ¿O registrar un día de baja por enfermedad adjuntando el certificado médico? Solo tienes que hacer clic en el enlace del “Centro Digital de Personal” y, en cuestión de minutos... bueno, más bien de horas, descubrirás cómo hacerlo.

Por supuesto, debes recoger tu propio correo en la oficina de correos. Esto es necesario, ya que la empresa despidió a todos los empleados que se encargaban de ello, igual que a los que vaciaban las papeleras. Y, por supuesto, hace tiempo que desapareció... ¿alguien lo recuerda? ...la persona que ponía los cafés.

Por ejemplo, los directivos que ganan cientos de miles al año pasan la mitad de su tiempo yendo a la papelería, recogiendo el correo o intentando adjuntar el certificado médico a su baja.

Bueno, perdona, eso no es del todo cierto: los directivos están exentos de todo eso. Solo crean las normas para los demás y están absolutamente obsesionados con el tipo de eficiencia que reduce la eficiencia.

¿Hay algo que sea mejor en la oficina moderna que en la vieja y gris? La nueva alfombra es bastante bonita. Y, de momento, hay muchos cubiertos en la cocina.

Aun así, ¿quién hubiera pensado que algún día pasaría tanto tiempo imaginando cajones, estanterías y una papelería? 📁



La sabiduría es una virtud de la vejez, y probablemente solo llega a quienes en su juventud no fueron ni sabios ni prudentes.

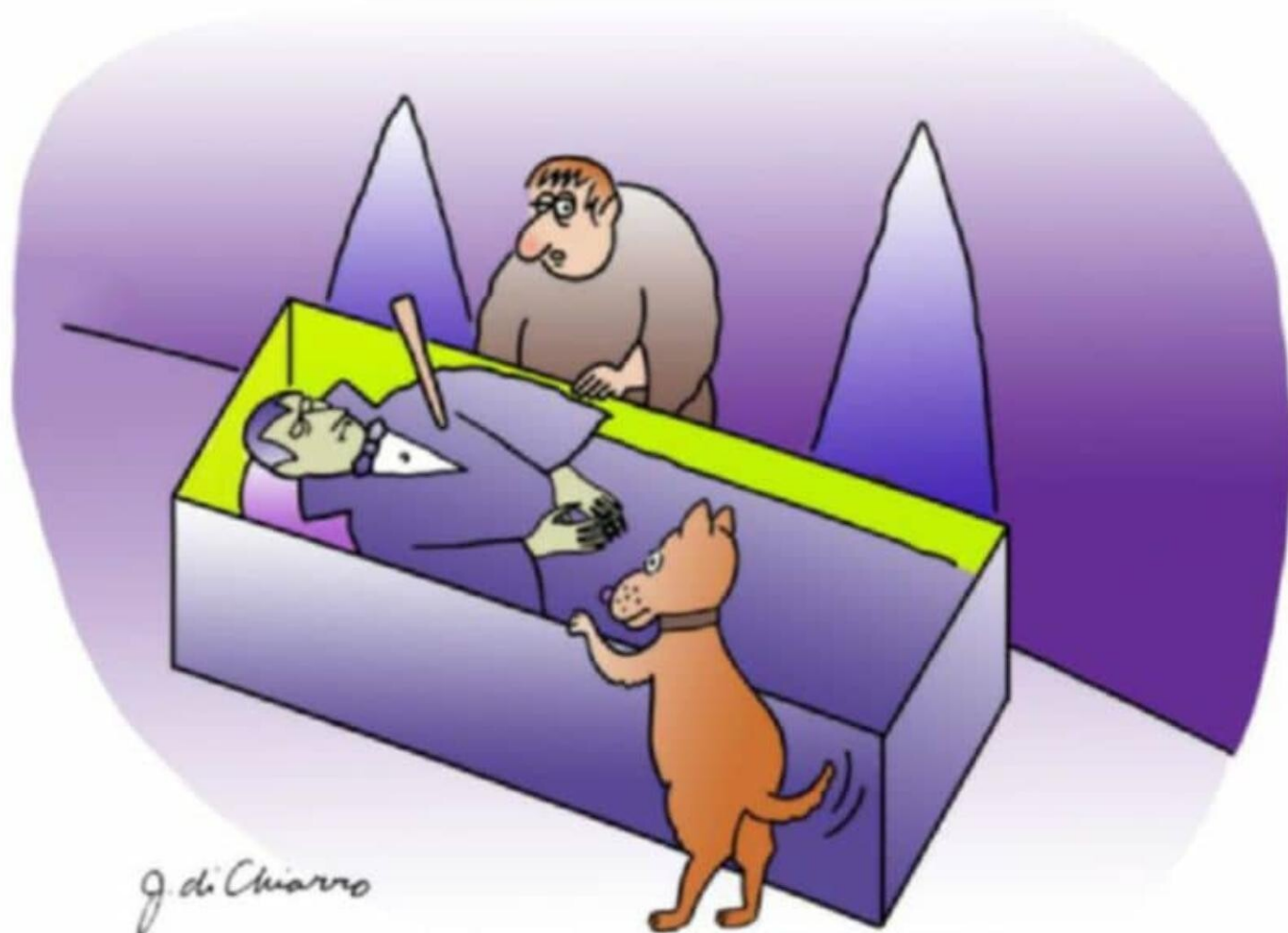
HANNAH ARENDT, POLITÓLOGA GERMANO-AMERICANA (1906–1975)

Al trabajar en exceso se cometen pecados tanto contra la vida como contra el propio trabajo.

PAULA MODERSOHN-BECKER, PINTORA ALEMANA (1876–1907)

LA RISA

REMEDIO *Infalible*



“Maestro, Rex quiere saber si ya ha terminado de jugar con su estaca”.

La gente siempre dice que hay que ahorrar para la vejez. Pero yo he descubierto que se puede conseguir gratis.

Dos sicarios caminan por el bosque de noche. Uno se gira y dice:

—Está muy oscuro. Tengo miedo.

—¿Estás asustado?
—pregunta el otro—. Porque yo voy a tener que salir de aquí solo.
—ROBERT LOVE, *EEUU*

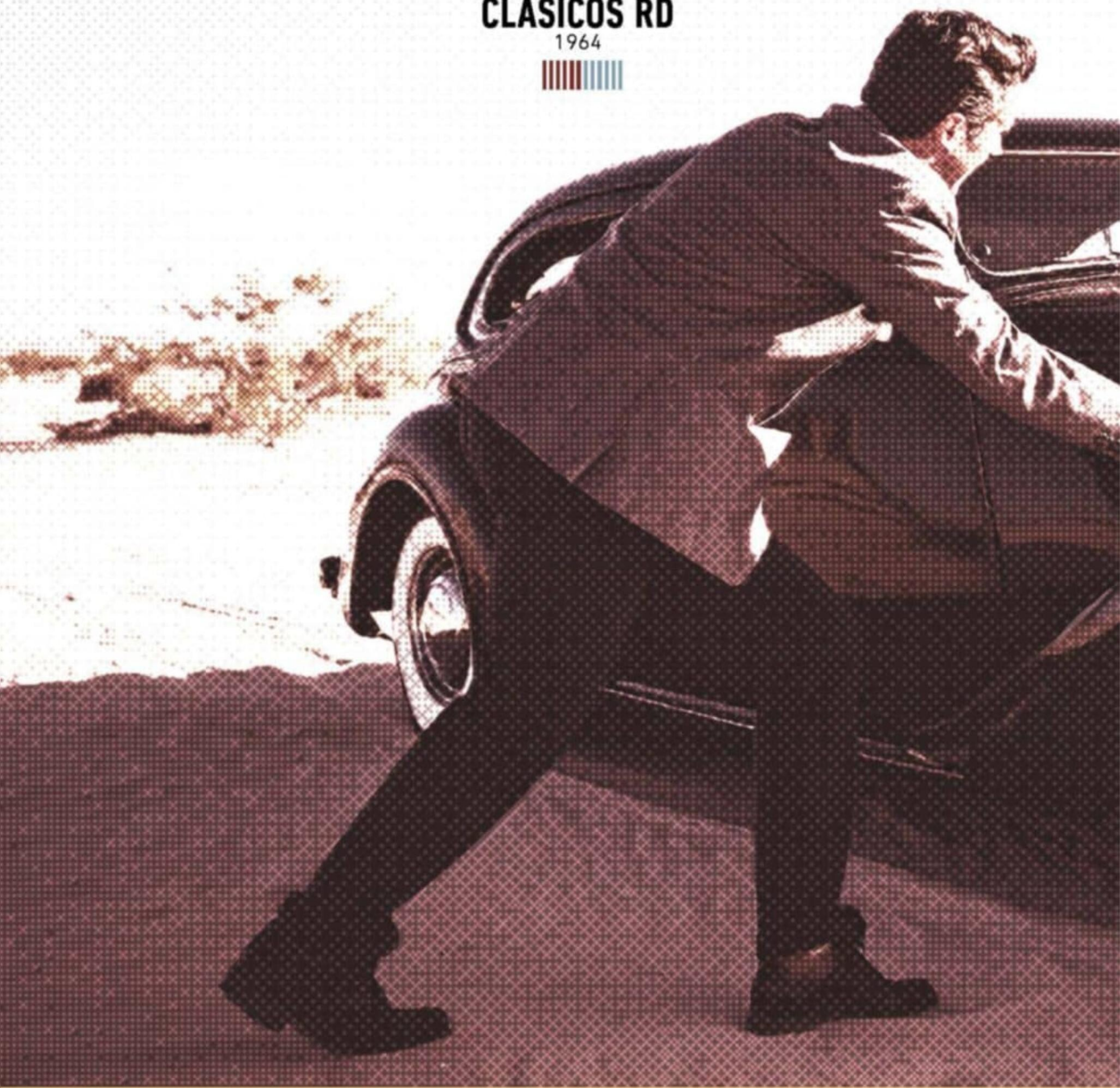
La sección de charcutería no es más que

embutidos que pasaron por Harvard.

—@ACTATURONLINE

Si la pereza fuera un deporte olímpico, quedaría en cuarto lugar solo por no tener que subir al podio.

**CLÁSICOS RD**
1964



ATRAPADOS EN

UN GIRO EQUIVOCADO. UN ERROR DE CÁLCULO.
VIDA Y LA MUERTE. UN RELATO APASIONANTE DE

Cary Beeman

Revistas.PeruRadio.net.pe



EL DESIERTO

UNOS POCOS KILÓMETROS: LA DIFERENCIA ENTRE LA
DOS DÍAS DE TERROR ABRASADOR.

Revistas.PeruRadio.net.pe

Todo comenzó de forma inocente, aquella calurosa noche de junio de 1959, cuando salí de la carretera US 91 en medio del desierto de Mojave, en California, y me adentré con mi viejo turismo negro por un camino de grava. Solo tenía 18 años y no entendía cómo un momento de descuido en pleno verano en el desierto podía llevarte, paso a paso, sin vuelta atrás, al desastre.

BAJO LA LUZ DESLUMBRANTE, PRONTO QUEDA CLARO POR QUÉ ESTE ARENAL SE LLAMA «EL PARQUE DEL DIABLO».

Un viejo buscador de oro nos había dicho —a mi amigo del colegio Jim Twomey, de 16 años, y a mí— que el camino llevaba al abandonado rancho Rasor, en el límite de una zona llamada Devil's Playground (Parque del Diablo). Me fascinaban los “asentamientos fantasma” del desierto, al igual que el informe del buscador de oro sobre las serpientes de cascabel que había allí. Como estudiante de zoología en ciernes, coleccionaba especímenes de animales para ayudar a pagar excursiones como esta. Llevábamos comida para un par de días en el coche y se suponía que había un pozo en Rasor. Aun así, nunca habría salido de la autopista con

solo dos litros de agua en nuestras cantimploras si no hubiera estado tan cansado. Era casi medianoche. Habíamos recorrido más de 600 kilómetros desde San Francisco y habíamos pasado la mayor parte de una tarde abrasadora observando aves.

Al salir de la autopista al ver un neumático enterrado del que nos había hablado el buscador de oro, conduje por una carretera de grava iluminada por la luna. Después de un largo trayecto, no me di cuenta de cuánto tiempo, nos topamos con un pequeño montículo de arena desplazado en la carretera. Aceleré y lo atravesamos, y luego otros tres montículos más.

Después del cuarto, nuestros faros no mostraban ninguna carretera de grava firme, solo pálida y ondulada arena. Durante unos metros, el coche ganó impulso. Luego, las ruedas comenzaron a hundirse. Nos detuvimos con una sacudida.

Sesenta metros de arena

Obviamente, había tomado un desvío equivocado. Salimos y medimos la distancia hasta la carretera: sesenta metros. Jim quería dormir y excavar a la mañana siguiente. “No —dije—. Vamos a sacarlo ahora. Solo nos llevará unos minutos”. Una hora más tarde, no nos habíamos movido ni un centímetro. Las ruedas traseras se habían hundido más, eso era lo que había pasado. Entonces, buscando piedras a la luz de la luna, nos topamos con los restos de

una antigua vía férrea. El acero había sido recuperado, pero quedaban algunos ejes. Encontramos nueve en distintos grados de conservación.

Utilizando uno como base firme, levantamos el coche con el gato y colocamos una doble fila de ejes, empezando por las ruedas delanteras y extendiéndola hacia atrás. Luego hice retroceder el coche. Se movió de forma lenta pero constante: 60 centímetros, 80, un metro. Entonces, una rueda se salió del eje y el coche se detuvo. Durante toda esa larga y frustrante noche, levantamos el coche con el gato, reorganizamos los ejes y retrocedimos unos metros hasta que se produjo el inevitable deslizamiento. Calculé que nos habíamos alejado al menos 20 kilómetros de la autopista, tal vez 30. Pero lo que realmente importaba eran los sesenta metros de arena que había entre el coche y el camino de grava. A las cinco de la mañana habíamos avanzado tal vez 15 metros, aún nos quedaban 45. Agotados, bebimos toda el agua que nos quedaba, excepto dos vasos, y luego dormimos sobre la arena.

Demasiado caliente

Casi de inmediato, el sol comenzó a pegar con fuerza. Ahora, a plena luz del día, la situación parecía más grave. Pudimos ver por qué a este arenal lo llamaban el patio de recreo del diablo. Solo unos arbustos raquíticos rompían las áridas y pedregosas laderas. Delante, un lago salino seco brillaba con

un blanco cegador. Sin camiseta, nos pusimos a trabajar en el coche. En media hora, el sol nos quemaba la piel.

La arena pronto se calentó demasiado como para tocarla. “Descansemos hasta la noche —sugerí—. Lo sacaremos cuando se enfríe”. No hizo falta mucho para convencer a Jim. Decidimos refugiarnos en una de las paredes rocosas de una colina que se alzaba a unos 400 metros a través de la arena. Yo seguía sin estar realmente preocupado. De hecho, antes de abandonar el coche, grabé unos metros de película.

Encontramos dos refugios a la sombra, a unos diez metros de distancia. Tumbado bajo un saliente poco profundo, dormité a ratos. La luz del sol se acercaba cada vez más, golpeando con fuerza la pálida arena. Pronto solo quedaba un palmo de sombra. Mis labios comenzaron a agrietarse.

Alrededor del mediodía compartimos los dos últimos vasos de agua. Después, me tumbé y observé la línea de luz solar, esperando a que retrocediera. No dejaba de preguntarme cuánto calor hacía realmente. (Las temperaturas oficiales de junio cerca del Parque del Diablo han alcanzado los 49 grados).

Una noche de trabajo

Por fin, una cuña de sombra se movió inesperadamente desde un lado. Se puso el sol y cayó un maravilloso frescor. En algún lugar del desierto, un chotacabras comenzó su triste canto. Jim y

yo bajamos al coche y comimos por primera vez en 24 horas, lo primero que nos apetecía. Cada uno nos comimos una lata de sopa de pollo con fideos, precalentada por el infierno que había dentro del cupé negro, y luego compartimos el jugo de una pequeña lata de piña. La comida nos revivió y discutimos si intentábamos salir andando. Jim se sentía demasiado débil para una caminata tan larga y yo calculé que mis posibilidades eran de solo el 50 por ciento. Decidimos seguir trabajando en el coche. Ni siquiera entonces comprendí realmente que estábamos en grave peligro. Sabía que algunos conductores imprudentes habían muerto de sed en el desierto: no mucho antes, en el Valle de la Muerte, a solo 50 kilómetros al norte, se habían encontrado los cadáveres desecados de dos jóvenes junto a su coche averiado. Pero, de alguna manera, sentía que eso no nos podía pasar a nosotros.

Mis recuerdos de esa segunda noche son borrosos. Lo único que pudimos hacer fue levantar el coche con el gato y moverlo unos metros hasta que se deslizó de las traviesas desintegradas. Recuerdo que seguimos descansando y medio dormitando. Sobre las cuatro nos quedamos dormidos.

Cuando desperté, el sol, ya medio levantado, me quemaba la piel como una lámpara infrarroja. Cada movimiento me exigía un gran esfuerzo. Y entonces, por primera vez, comprendí el peligro que corríamos: durante la noche habíamos movido el coche solo

4,5 metros; ¡nos quedaban más de 40 metros! Jim, débil y apático, parecía haber perdido la esperanza. Con piedras y ramitas formé un S.O.S. de un metro y medio; luego nos dirigimos hacia unos refugios rocosos.

¿Sueño o delirios?

Desde el principio, ese segundo día fue terrible. Incluso en mi sombreado saliente, podía sentir cómo el calor absorbía la humedad de mi cuerpo. Y no era solo el calor. El silencio era casi tan insoportable. Me encontré esforzándome por escuchar algún sonido, pero lo único que oía era los latidos de mi corazón. El tamborileo dentro de mí lo inundaba todo.

De vez en cuando oía la pesada respiración de Jim. Luego empezó a balbucear, en un sueño o en un delirio. “¿Qué pasa con mi bebida de uva?”, repetía. “La he pagado y quiero mi bebida de uva”. Por fin se calló.

Pronto, el sol del mediodía presionó mi franja de sombra contra el saliente. En un momento, oí el susurro de la arena al filtrarse. A un metro de distancia, una serpiente de cascabel se movía de sombra en sombra.

Yacía aturdido, sin llegar a dormirme, sin estar completamente despierto. Había perdido la esperanza de que el día superara su punto álgido. En un momento dado, cuando entrecerré los ojos para mirar el coche, que brillaba en la bruma del calor a unos cuatrocientos metros de distancia, vi otro



Además del calor, en el «parque del diablo» del desierto acechan las serpientes venenosas.

coche aparcado junto a nuestro turismo, y una corriente de vehículos que circulaban a toda velocidad por la carretera negra en la que se encontraban. ¿Acaso, después de todo, había salido a la carretera? Giré la cabeza y volví a entrecerrar los ojos: el viejo turismo negro estaba solo sobre la pálida arena.

Me invadió el pánico. Sabía que la deshidratación acababa por desequilibrar la mente. Si ya veía una carretera inexistente, ¿había estado actuando de forma irracional?

Arena fresca

Por fin, a media tarde, ya no pude soportar más la terrible sequedad. Me puse en pie con dificultad y salí al sol. Cuando miré hacia el coche, vi por primera vez que la arena que había cerca había sido en otro tiempo un lago. “Si cavo”, pensé, “quizá encuentre agua”. Bajé tambaleándome por la colina.

Había arbustos de creosota de hojas verdes creciendo en una pequeña duna de arena, y recordé que cuando cavaba en busca de lagartijas en lugares así había encontrado humedad. Empecé a cavar en el costado de la duna, entre las raíces de los arbustos. No había agua, pero de repente me di cuenta de que mis manos estaban casi frescas. ¿Quizás podría cavar una cueva y meterme en esa maravillosa frescura!

No sé cuánto tiempo me llevó cavar un agujero. Pero al fin fue lo suficientemente grande. Me quité toda la ropa empapada de sudor y me metí dentro. La arena fresca me calmó como un bálsamo. Me quedé dormido.

“Necesito beber”

Me desperté y vi que el sol se ponía tras una línea de colinas. Por fin llegó el silbido del chotacabras. Me sentía fresco y descansado. Entonces, sin previo

aviso, Jim pasó tambaleándose. Tenía la cabeza ladeada y los brazos colgando a los lados. De repente, se hundió sobre una rodilla, luego se inclinó hacia adelante y se quedó inmóvil. Lo sacudí. Gimió débilmente.

Alarmado, corrí al coche y busqué frenéticamente en el infierno que había dentro. Debajo del asiento encontré una botella de loción para después de

ACELERA EL MOTOR Y TIRA DE LA PALANCA DE CAMBIO HACIA ATRÁS: EL COCHE DA UN SALTO.

afeitarse. Le quité el tapón y me la llevé a los labios. La sorpresa de lo que sabía a alcohol isopropílico caliente me dejó sin aliento. Una vez más, tuve esa horrible y fugaz comprensión de mi estado mental desquiciado.

Empecé a frotarme la loción por cara y cuello. Me sentó bien. Así que volví con Jim, le froté la loción por la cara y se la eché por encima de la camiseta. Estaba mortalmente pálido, con la boca abierta y los labios blancos y escamosos salpicados de mucosidad seca.

“Necesitamos beber”, no dejaba de pensar. “Los dos necesitamos beber”.

Desesperadamente, recorrí con la mirada el coche. Y de repente pensé:

“¡El radiador!”. Siempre había sabido que en el desierto el agua del radiador podía salvarte, ¡pero durante dos días lo había ignorado! Agarré una cacerola, me metí debajo del parachoques delantero y desatornillé la válvula de drenaje del radiador. Un chorro de agua marrón óxido se derramó sobre la barra estabilizadora grasienta y salpicó mi cacerola. Fue la vista más maravillosa que había visto nunca.

Todavía tumbado debajo del coche, di varios tragos enormes. El agua estaba espesa, llena de aceite y óxido. Sin embargo, empecé a sentirme mejor. Cuando vacié el radiador y llené una cantimplora, volví con Jim y le eché agua en la boca abierta. Se movió.

Luego volví al coche, cogí una lata de tallarines con salsa y me comí la mitad. Jim se sentó y se comió su mitad.

Última oportunidad

Mi mente se aclaró y me di cuenta de que, si queríamos salir de allí, tendría que intentar algo nuevo. Después de un rato, vi lo que habría sido obvio si hubiera pensado con claridad: que tendría que sacar el coche de las vías a gran velocidad y esperar poder mantenerlo en marcha.

Seguíamos muy débiles. Cuando Jim intentó ayudar, se desplomó sobre el gato y pasó el resto de esa tercera noche postrado. Debí de pasar cinco o seis horas haciendo un trabajo que normalmente me habría llevado 20 minutos: alinear perfectamente el coche

sobre las vías para nuestro último intento. Sabía que si fallábamos la primera vez, no tendría fuerzas para volver a intentarlo. Por fin, completamente agotado, me quedé dormido.

Me desperté bajo el calor. Dimos el último trago de agua. Ayudé a Jim a subir al coche, arranqué el motor y lo dejé en punto muerto unos momentos. Miré a Jim, tumbado en el asiento. “Ya está”, le dije. No pareció oírme.

Aceleré el motor, metí la marcha atrás en la transmisión automática y pisé el acelerador. El coche dio un salto hacia atrás. Ganó velocidad, se deslizó por los ejes... y siguió avanzando. De repente, un eje golpeó con fuerza, en algún lugar delante. El coche vaciló, casi se detuvo. Entonces, el eje se rompió y volvimos a avanzar.

Pero pronto empezamos a reducir la velocidad. Las ruedas traseras comenzaron a hundirse con un movimiento terriblemente familiar. Giraron, se agarraron por un momento y volvieron a girar. Y, todo el tiempo, el motor iba perdiendo velocidad y el coche se hundía en la arena. Casi nos habíamos detenido cuando sentí que las llantas agarraban algo sólido. Volvieron a girar... agarraron y giraron... agarraron. Durante interminables momentos, estuvimos suspendidos entre la vida y la muerte. Entonces, las llantas agarraron con firmeza y avan-

zamos suavemente. Por fin salimos a la carretera de grava y yo gritaba como un idiota. A mi lado, Jim sonreía débilmente.

Cuatro horas más tarde, después de muchas paradas sofocantes para que se enfriara el motor, tomamos la autopista: nos habíamos quedado atascados a solo diez kilómetros de la US 91. Y a un kilómetro y medio más, a menos de diez kilómetros del desolado arenal donde nos habíamos enfrentado una muerte terrible, llegamos a una moderna cafetería de carretera.

Aparcamos y entramos.

“Hoy hace bastante calor, chicos”, dijo el hombre detrás del mostrador. Luego nos miró de nuevo y vio que estábamos agotados, cubiertos de suciedad y muertos de cansancio.

Puso dos vasos de agua sobre el mostrador.

“Bebed solo un poco, chicos —dijo—, hasta que os acostumbréis”.

Nos sentamos en los taburetes limpios, bebiendo el agua fresca despacio y con gratitud, cada sorbo confirmando lo que empezábamos a atrevernos a creer: se nos iba a permitir permanecer en la tierra de los vivos. 💎

Nota de redacción: ¡El líquido refrigerante de los coches modernos no es apto para el consumo y puede provocar intoxicaciones graves!

Lo que no es bueno para la colmena,
no es bueno para la abeja.

MARCO AURELIO, EMPERADOR ROMANO Y FILÓSOFO (121–180)



Hasta que los pies resistan

*Correr un maratón es un reto al que miles de
apasionados del deporte se enfrentan cada año*

Revistas.PeruRadio.net.pe

Doris Kochanek



© GAMMA-RAPHO VIA GETTY IMAGES



▲▲ **El primer** domingo de noviembre se da el pistoletazo de salida de la Maratón de Nueva York. Unos 50.000 corredores participan en el recorrido, que atraviesa los cinco distritos de la metrópoli y termina en Manhattan.

◀ **Por una buena causa**, Lloyd Scott corrió un maratón con una armadura medieval de más de 40 kilos y un dragón encadenado. Necesitó ocho días para completar la prueba en Londres en 2006 y recaudó 1,8 millones de libras.

► **Según la leyenda**, en el año 490 a. C. un mensajero partió del campo de batalla de Maratón y recorrió unos 40 kilómetros hasta Atenas para anunciar la victoria de los griegos. Los 42,195 kilómetros de una maratón hoy se remontan a la distancia fijada para esta disciplina en los Juegos Olímpicos de 1908.

▼ **Los equipos de trineo** con perros recorren casi 482 kilómetros en la John Beargrease Sled Dog Marathon, que se celebra cada año en Minnesota.





(SENTIDO HORARIO DESDE ARRIBA A LA IZQUIERDA) © GETTY IMAGES/
SCOTT BARBOUR; © GETTY IMAGES/GRANT FAINT; © GARY MEINZ/ALAMY STOCK PHOTO



◀ **Cualquiera** que observe la edad de los corredores en los maratones se dará cuenta de que muchos no son tan jóvenes. En la Maratón de Nueva York de 2024, por ejemplo, 15.923 de los participantes que completaron la distancia más larga tenían 40 años o más. ¡28 incluso habían celebrado ya su 80 cumpleaños!

▶ **El organizador promociona** la Maratón del Polo Norte como la carrera más “cool” (juego de palabras entre fresca y guay) del mundo. Eso sí, los participantes deben rascarse el bolsillo: en 2025 la cuota de inscripción ascendió a 23.900 euros. Incluye, entre otras cosas, el transporte en helicóptero hasta el campamento climatizado en el Polo Norte y guardias armados contra osos polares.

◀ **A mediados de diciembre**, miles de personas se visten de Papá Noel para participar en la “Santa Run” de Ciudad de México. Que la distancia más larga sea de diez kilómetros quizá se deba a que, antes de las fiestas, Papá Noel debe administrar sus fuerzas.







BUENOS Y VALIOSOS VECINOS

DURANTE 35 AÑOS,
MI VECINO FUE UNO DE ELLOS,
Y NO SÉ QUÉ HARÉ SIN ÉL

Shirley Phillips

DURANTE MÁS DE la mitad de mi vida, he podido mirar por la ventana de mi cocina y ver a mi vecino, Walter, ocupándose de sus quehaceres domésticos, trabajando en su jardín, preparándose para la temporada que se avecinaba, y me encantaba saber que él siempre estaba allí, tan constante como la lluvia.

Tenía solo 26 años, recién casada y embarazada, cuando me mudé a la pequeña casa adosada que compartía entrada con la suya. Mientras desembalaba, oí un golpe en la puerta y lo encontré a él y a su mujer en mi puerta trasera, con las caras sonrosadas y radiantes. Me dio un saco de manzanas que había recogido y me dijo: "Soy Walter. Ella es Kathy. Bienvenidos, buenos vecinos", y se marchó.

Esas manzanas eran justo lo que necesitaba para mis persistentes náuseas matutinas, pero en ese momento no tenía ni idea de que esos vecinos serían un antídoto para las dificultades de la vida. Vivimos en paz muy cerca unos de otros durante 35 años, llegando a conocernos a través de nuestros vaivenes cotidianos: charlando, echándonos una mano, vigilando, sin sobrepasar nunca los límites. Era un vínculo especial.

La mayor parte de nuestras interacciones tenían lugar en el patio trasero, que eran los dominios de Walter. Estaba ocupado desde el amanecer hasta el anochecer, y observar lo que hacía se convirtió en una fuente inagotable de fascinación para mis hijas y para mí.

Ya fuera secando fruta en su tejado para hacer sidra, cortando leña de los árboles caídos del vecindario o curando salchichas polacas en su ahumadero recuperado, era toda una aventura en la vida sin residuos y la cocina de aprovechamiento. Una vez, volvió de

una cacería matutina en algún lugar, con una bolsa de aves muertas que desplumó para hacer almohadas de plumas y asó para la cena.

Desde el

primer deshielo invernal hasta la primavera, Walter preparaba su pequeña parcela de tierra para la siembra y luego la cuidaba con esmero. A medida que el verano declinaba y los días se acortaban, transformaba su cosecha en conservas para todo el invierno.

Aunque vivía al ritmo de las estaciones, la pesca era su pasión durante todo el año. Volvía con enormes salmones, montones de eperlanos o resbaladizos bagres, y luego se sentaba durante horas en un tocón de árbol para

destriparlos. Mis hijos, chillando, cortaban las cabezas y las aletas mientras riachuelos de sangre y escamas corrían por nuestro camino de entrada.

Sin hijos propios, Wal-

ter disfrutaba de tenerlos cerca.

A menudo celebraba sus capturas con la familia extendida, a muchos de cuyos miembros había ayudado a establecerse en Canadá. Las fiestas se extendían por nuestros patios comunes, con luces de colores, vodka polaco, especialidades ucranianas de Kathy y bailes bajo la morera de Walter. Al final del día, había un plato de sabroso pescado frito en mi puerta trasera.

Después de mi divorcio, Walter comenzó a ayudarme discretamente: me arreglaba el coche, sacaba la basura si se me olvidaba, quitaba la nieve cuando trabajaba hasta tarde. Me enseñó a desatascar un inodoro, a cambiar un fusible y a dar marcha atrás con

DURANTE MIS AÑOS MÁS DIFÍCILES, ESTABA A SOLO UNA LLAMADA.



mi coche por nuestro estrecho camino de entrada sin hacer ningún rasguño.

Una Navidad, cuando mi hija anunció que había una cascada en su dormitorio, Walter y su hermano se subieron a mi traicionero techo y picaron el hielo. Le di las gracias con un abrazo y una buena botella de whisky, más agradecida de lo que él podía imaginar.

Cuando mi madre estaba muriendo, Walter le prometió que cuidaría de mí. Fiel a su palabra, durante mis años más difíciles, estaba a solo una llamada de distancia.

Con su carácter sólido, su fiabilidad y sus actos de bondad, Walter se ganó un lugar en mi corazón. Al igual que mi madre, provenía de un origen humilde, había visto la tragedia y los estragos de la guerra cuando era niño —en la Segunda Guerra Mundial, su padre fue asesinado a tiros frente a su casa mientras él se escondía—, pero siempre estaba sonriendo, riendo y contando historias. Era lo más parecido a un padre que tenía, aunque el mío aún vivía en ese momento. Nos queríamos mucho.

Pasaron las estaciones y la vida dio sus giros y vueltas. Walter se alegró mucho cuando me volví a casar, se entristeció cuando mis hijos se fueron y se sintió aliviado cuando me jubilé. A medida que envejecía, nuestros papeles se invirtieron poco a poco. Yo le ayudaba a desenvolverse en la vida mientras él cuidaba de su esposa, cada vez más débil, y se volvía él mismo más frágil.

El día que falleció, se burló de mí por sacar mal el coche después de ha-

berme enseñado tan bien, y luego detuvo el tráfico para que pudiera salir con seguridad. Le dije adiós con la mano y le dije: “¡Tengo días buenos y días malos, Walter!”. Él se rio y dijo: “¡Yo también!”.

Esa noche, marqué el número de emergencias frenéticamente mientras mi marido le realizaba la reanimación cardiopulmonar a mi querido vecino. Walter me había salvado la vida años atrás en un accidente de tráfico cerca de mi casa, levantando un vehículo que me aplastaba con una sola mano y una barra de acero, y me quedé destrozada porque ni nosotros ni los socorristas pudimos salvarlo.

Pensé que nunca podría borrar esa imagen de mi mente. Pero, al llegar el otoño, veo pájaros y pequeños animales en el jardín preparándose para el frío y me acuerdo de mi amigo. Solo unas semanas antes, lo había visto de pie bajo su enrejado, recogiendo jugosas moras de su parra, un pequeño tentempié a media mañana bajo el sol. Para todo hay una estación. Walter estaba en el invierno de su vida. Había vivido bien y disfrutado de sus bendiciones.

Pensaré en él cada vez que coma una manzana. Siempre llamaré a sus flores favoritas “Glory Mornings” (mañanas gloriosas). Y siempre estaré agradecida de estar viva gracias a él. Sé que lo voy a echar de menos, pero me considero afortunada de haberlo tenido durante tanto tiempo, justo al otro lado de la calle. 

COLOR & ECOLOGÍA

INVESTIGACIÓN E INDUSTRIA TRABAJAN
EN PIGMENTOS QUE CUBRAN BIEN Y AL
MISMO TIEMPO SEAN RESPETUOSOS
CON EL MEDIO AMBIENTE

Susanne Donner



DE UN DÍA para otro, en mayo de 2024, el agua del río Minjiang, en el centro de China, se tiñó de rojo sangre. La imagen conmocionó a los habitantes de la zona. Las autoridades no dieron una explicación clara, aunque detectaron valores anómalos de varios metales pesados. Para los químicos, la sospecha resulta evidente: es posible que los tintes, que a menudo contienen metales pesados, hubieran llegado hasta el Minjiang. Basta una pequeña cantidad de estos tintes para colorear enormes volúmenes de agua. Para la vida en el río, y también para los seres humanos, las consecuencias son devastadoras: los metales pesados son tóxicos. El plomo, por ejemplo, daña el cerebro de los niños incluso en dosis mínimas y puede provocar cáncer también en adultos.

Cuando la química textil Judith Deriu, de la Universidad de Innsbruck (Austria), oye hablar de la catástrofe del Minjiang, siente una doble motivación: quiere que la producción de ropa deje de dañar el medioambiente. En ese objetivo ha centrado su investigación.

Deriu lleva una camiseta blanca estampada con una silueta montañosa en tonos negro y gris. «La llevo a modo de prueba», explica. «El dibujo está hecho con pigmentos vegetales». Para un observador común, la impresión sobre la camiseta apenas se distingue de un negro derivado del petróleo producido en fábricas químicas. La investigadora

trabaja para que la ropa del futuro se tiña con colores de origen vegetal.

Por sus colaboraciones con la industria textil, Deriu no puede revelar de forma precisa el origen de su pigmento negro natural. Pero sí admite: «Se trata de un extracto de corteza de árbol». Con la técnica de la serigrafía, aplicó la silueta montañosa en varias capas sobre la camiseta de algodón blanco. «Es cierto que con los lavados siempre se pierde color. Pero para que desaparezca por completo habría que lavar la camiseta unas 30 veces. Es la exigencia de la industria de la moda», aclara.

Deriu ya ha conseguido colorear el sol en tonos amarillo intenso y verde oliva. Puede producir los pigmentos vegetales necesarios en cantidades de varios kilos, suficientes para estampar unos cuantos miles de camisetas. En especial, se enorgullece de haber encontrado una planta autóctona para el amarillo. «La mayoría emplea reseda, vara de oro, manzanilla de tintes o cúrcuma», explica. «Pero el polvo amarillo de cúrcuma procede de la India, su transporte genera elevadas emisiones de CO₂, y además es un alimento. No quiero usar plantas comestibles, para evitar la competencia entre un plato de comida y una camiseta».

El teñido de la enorme cantidad de ropa que se produce supone una carga especialmente pesada para el medioambiente: solo en Europa, se estima que se compran unos 19 kilos de ropa al año. Para teñir un kilo de hilo se necesitan hasta 60 litros de agua. Y el con-

sumo desmesurado de agua es solo uno de los problemas.

En países como India, China y Bangladesh, lagos y ríos cercanos a las fábricas textiles sufren graves niveles de contaminación. Recientemente, un equipo de investigadores chinos demostró que las altas concentraciones de metales pesados en la cuenca del lago Taihu, en el este del país, tienen su origen en esta industria. Especialmente preocupante es la elevada presencia de antimonio, un metal que provoca cáncer en los humanos y resulta letal para los peces. Según la Agencia Federal de Medioambiente, aunque en los países productores existen normas estrictas para el tratamiento de aguas residuales, la realidad es que los controles son insuficientes y, dado que los consumidores occidentales solo pagan unos cén-



Judith Deriu investiga pigmentos respetuosos con el medioambiente.



Aguas residuales púrpura sin tratar de una tintorería textil se vierten en el río Buriganga, en Bangladesh.



Las cochinillas se crían en cactus y, para obtener pigmento, se secan y se trituran (derecha).



timos por cada prenda, las depuradoras se desconectan con frecuencia. Así, ríos y lagos se ven innecesariamente contaminados con tintes tóxicos, a menudo cargados de metales pesados.

Tampoco los tintes naturales son necesariamente inocuos. Pero, como subraya Deriu, siempre son biodegradables y, en general, no contaminan tanto el medioambiente como sus equivalentes químicos. No obstante, encontrar pigmentos naturales que puedan usarse en la moda actual no es tan sencillo. Hasta mediados del siglo XIX, los colorantes obtenidos de plantas y animales eran la única opción para teñir ropa. Luego, la petroquímica desarrolló las primeras variantes sintéticas a partir del alquitrán y, más tarde del petró-

leo. Eran colores intensos y, además, increíblemente baratos. Solo entonces la ropa popular se volvió colorida.

Antes de eso, por ejemplo, el púrpura extraído del caracol de mar era más caro que el oro. Solo papas y cardenales de la Iglesia católica vestían ese lujoso tono. En cambio, los campesinos europeos cultivaban rubia tinctorum, cuyas raíces servían para obtener un rojo cálido, entre escarlata y rosado. Pero para ellos mismos era demasiado caro, y criados y jornaleros vestían pantalones y faldas sin teñir. El negro tampoco estaba al alcance de la mayoría, y lo poco que se conseguía apenas cubría bien. De ahí que la anilina negra de la petroquímica supusiera un auténtico hito. Resulta aún más sorprendente que De-

© (LINKS) © ALAMY/SERGIO DELLE VEDOVE; (OBEN LINKS) © ALAMY; (OBEN RECHTS) © PICTURE ALLIANCE / IMAGEBROKER/JIM WEST



riu haya logrado reproducir precisamente ese color —antes imposible de obtener— a partir de plantas. Porque, al volver a la naturaleza, se enfrenta a los mismos retos que tenían nuestros antepasados: los colores deben ser asequibles para todos. «Lo ideal serían residuos de alimentos, como restos de bayas», explica la química. «Pero sus pigmentos, las antocianinas, no son estables a la luz: se vuelven marrones con facilidad. Además, cambian de tono de manera inesperada cuando entran en contacto con ácidos, que necesitamos para teñir». Es el fenómeno por el que la lombarda se vuelve rojiza cuando se le añade vinagre.

Más resistente es el pigmento de la remolacha. «La industria genera suficientes residuos como para aprovecharlos», comenta. Sin embargo, la molécula colorante de este tubérculo es enorme y difícil de secar en polvo. El único rojo intenso de origen natural que se usa actualmente procede de la cochinilla. Este



LOS COLORES DE LAS BACTERIAS SON MÁS INTENSOS QUE LOS DE LOS VEGETALES.

tinte sigue presente en pintalabios y glaseados de repostería. En las Islas Canarias, varias empresas crían los insectos en grandes plantaciones de chumberas.

El pigmento se obtiene al triturar y hervir las hembras grávidas.

Karin Fleck, química de profesión sigue un camino diferente hacia nuevos colores naturales en Viena. En 2017, durante un taller, descubrió por casualidad que las bacterias podían teñir tejidos, y quedó fascinada. Poco después conoció al químico y microbiólogo Erich Schopf, que desde hace años pinta con microorganismos, aprovechando los pigmentos que producen de forma natural al reproducirse. Su colección de microbios productores de color fue el punto de partida para Fleck. En 2020 fundó la *start-up Vienna Textile Lab*. Para entonces ya experimentaba con el amarillo angmassalik, derivado de microbios hallados por Schopf en Angmassalik, al sureste de Groenlandia, y con el naranja snorri, extraído de bacterias descubiertas en un balneario geotermal de Islandia, que el científico y artista bautizó en honor al poeta medieval Snorri Sturluson.

Mientras tanto, Fleck ha desarrollado una paleta de colores que va desde un intenso azul vaquero hasta rojos, verdes oliva y tonos beige. El grupo empresarial francés de artículos de lujo Kering, propietario de Gucci, llegó a teñir camisas masculinas de algodón en pruebas piloto con esta *start-up*, para evaluar si el futuro podría pertenecer a los colores bacterianos. *Vienna Textile Lab* sigue aún en fase experimental, pero planea lanzar pronto sus primeros productos al mercado. Los pigmentos de microorganismos son



Los nuevos colores de base biológica utilizan pigmentos vegetales encapsulados en cápsulas microscópicas.

más intensos que los vegetales, explica Fleck, y además requieren menos agua y superficie para su producción.

Los microorganismos, en el mejor de los casos, se pueden reproducir en calderas metálicas, similares a las que se utilizan para elaborar cerveza. De este modo se producen hoy muchos medicamentos, pero también aditivos de detergente. La fabricación puede realizarse casi en cualquier lugar y escalarse con facilidad si aumenta la demanda.

LOS TINTES DE base vegetal y biodegradables son la máxima aspiración», afirma Marco Meixner, director de Investigación y Desarrollo del fabricante de pigmentos Lifocolor, especializada en fórmulas sostenibles

para teñir plásticos. No produce las moléculas de color en sí, sino las mezclas de pigmentos, aglutinantes y estabilizadores necesarios para obtener un tono definido en plásticos. Casi siempre se emplean pigmentos derivados del petróleo, explica Meixner. Sin embargo, Lifocolor también trabaja en productos orientados a la economía circular. Especialmente en el caso de plásticos biodegradables, por ejemplo, las bolsas para compost, encajan mejor los tintes que pueden descomponerse sin dejar residuos dañinos. Hace dos años, la compañía presentó una colección de pigmentos naturales para colorear plásticos.

El problema era que los tintes vegetales no resultaban lo suficientemente

resistentes a la luz: los objetos plásticos teñidos, por ejemplo, cambiaban de color en poco tiempo al exponerse a la radiación ultravioleta. Tampoco soportaban las altas temperaturas necesarias para procesar el plástico, que debe fundirse antes de moldearse. Pero al encapsular los pigmentos vegetales en diminutas cápsulas microscópicas, los desarrolladores lograron conservarlos con buena calidad. «El interés de los clientes por los pigmentos de origen biológico es muy grande», asegura Meixner. «Aunque el mayor obstáculo para muchos sigue siendo el precio».

La empresa química Hubergroup, especializada en tintes para impresión en papel y cartón sigue otro camino. Gran parte de sus pigmentos se producen actualmente en dos fábricas en India, a partir de petróleo. Y la compañía quiere seguir centrada en esos colorantes sintéticos. Sin embargo, para reducir al mínimo el impacto ambiental, ha desarrollado una gama de colores diseñados para ser lo menos dañinos para el suelo y organismos acuáticos.

Así, en lugar de metales tóxicos como el cadmio, las moléculas de pigmento contienen hierro. Y para lograr efectos plateados se usan partículas de aluminio en lugar de latón, explica Robert Hess, director de ventas de Hubergroup. El latón contiene cobre, ante el que bacterias, algas, hongos, peces y crustáceos son especialmente sensibles.

Una de las empresas que imprime sus etiquetas con las tintas de este fabricante es la cervecera ecológica

Lammsbräu. En principio, estas etiquetas podrían incluso compostarse. No obstante, sería aún mejor reciclar el papel de las etiquetas que se desprenden mecánicamente de las botellas retornables. «Para ello también son ventajosas las tintas menos tóxicas posible», comenta Ralf Reinhardt, director de la imprenta Engelhardt-Druck.

TAMBIÉN JUDITH DERIU espera que su camiseta pueda tener una segunda vida. Existen ya los primeros pantalones y camisetas de algodón reciclado. Sin embargo, la mayoría de las veces las fábricas emplean únicamente residuos industriales de algodón puro sin teñir. La ropa usada plantea un problema: los colorantes sintéticos no se eliminan con la eficacia suficiente. «Por eso, la ropa vieja suele destinarse a aislantes o trapos de limpieza», explica Deriu.

Al mismo tiempo, la industria textil exige una alta calidad en los nuevos productos. Por ello, Deriu ha sometido su camiseta a una serie de pruebas de lavado: debe resistir 30 lavados. Observando el estampado, comenta: «Creo que el color desaparece demasiado rápido para una camiseta. El negro ya se ha vuelto un poco gris». Sin embargo, para una bolsa de la compra la silueta de montaña puede servir.

Hoy en día, las bolsas de la compra suelen acabar en la incineradora. Deriu, en cambio, espera que su producto pueda reciclarse fácilmente, y convertirse después en unos vaqueros. 🍀



“Tu cita ha sido cancelada. Has tardado demasiado en rellenar esos formularios”

Al enseñar de forma remota durante la pandemia, impartí una lección sobre el Día de Acción de Gracias y pregunté:

—¿Por qué los pavos no pueden volar?

La respuesta:

—Son demasiado pesados.

Es domingo por la mañana y el párroco está dando su sermón. Está animado, agita los brazos y golpea el atril. De repente se detiene.

—Lo siento —dice—. Tengo que hacer esto.

Mientras toqueteaba su reloj, aconseja:

—Nunca golpees el púlpito con un reloj inteligente. Cree que te has caído y necesitas ayuda.

—JOHN TIERNEY,
Estados Unidos

Durante la pandemia, dando clase desde casa, di pistas a mis alumnos, pero no las pillaban.

No puedes asustarme. No eres mi mujer comenzando una conversación diciendo “Tengo algo que decirte...”

—@RAOULVILLA

Finalmente, fui a la cocina, cogí un pavo congelado y gesticulé como si tuviera un pavo muy pesado que no podía volar.

—Entonces, ¿por qué no puede volar un pavo?

Un niño dijo:

—Porque está muerto.

—KAREN TROLAND,
Estados Unidos

Para mi 50 cumpleaños, mi amiga artista, Susan, me regaló una de sus pinturas de un camino sinuoso a través de un bosque. Es un estilo abstracto, con los árboles retorcidos en todo tipo de formas, pintados en tonos saturados de verde, azul, morado y amarillo, y el camino atravesándolo en los mismos colores.

—Impresionante
—exclamé.

Hasta que Susan me quitó suavemente la pintura de la mano, la giró 180 grados y dijo:

—La estás mirando al revés.

—ROSE JAKUBASZEK,
Estados Unidos

Corrí al centro de salud, con sangre saliendo de mi dedo después de cortarme mientras pelaba un aguacate. La recepcionista era claramente una vieja profesional en esto. Echó un vistazo a mi herida y preguntó:

—¿Aguacate o zanahoria?

—JACQUELINE BAILEY,
Estados Unidos

Personal de mudanza contratados por el ejército llegaron a nuestra casa para embalar y trasladarnos a nuestro siguiente destino. Se movían tan rápido que mantuvimos la puerta abierta con un ladrillo y colocamos un taco al lado de la puerta para la basura de último momento. Unos días después llegamos a

nuestro nuevo hogar y comenzamos a sacar cajas. Los primero que encontramos fueron los ladrillos y el taco lleno de basura podrida.

—C. MACRANDER

Mi padre dijo que se unió a los Marines después de terminar el instituto por una razón: estaba cansado de que la gente le dijera qué hacer.

—RANDY MATTHEWS,
Estados Unidos

Mi hijo de ocho años acaba de intentar convencerme de que tiene azúcar por toda la boca porque se ha tropezado y se ha caído sobre un *donut*.

—RANDY MATTHEWS,
Estados Unidos

El noventa por ciento de los padres de niños se preguntan si hay alguna fuga de agua en su casa o si es únicamente que sus hijos se han lavado las manos.



¿Tienes un buen nivel de **autocontrol**?

¿Mantienes tus emociones bajo control o te sueles dejar llevar por ellas? Nuestro test de autoconocimiento te revelará si sueles reaccionar de manera controlada o impulsiva

Dr. Arnd Stein

1

¿Cómo manejas los pequeños contratiempos?

- A** Pueden enfadarme enormemente.
- B** No me importan en absoluto.
- C** A veces me enfado, a veces me mantengo tranquilo, a veces me divierten.

2

¿Tiendes a llorar de emoción en escenas tristes de películas?

- A** Sí, me ocurre con frecuencia.
- B** Muy raramente.
- C** No, no soy dado a llorar fácilmente.

3

Un amigo llega media hora tarde a una cita. Dices:

- A** “No hay problema, tengo tiempo de sobra”.
- B** “No me gusta nada la impuntualidad”.
- C** “Al menos has venido”.

4

¿Qué opinas del dicho “Ninguna mala acción queda sin castigo”?

- A** Dependiendo de la ocasión, puede ser apropiado.
- B** Es lo correcto.
- C** Hay consecuencias adecuadas ante el mal comportamiento.

5 ¿Qué opinas de recurrir a la violencia física durante una discusión?

- A** Es totalmente inaceptable.
- B** A veces es más efectivo que cualquier argumento.
- C** Con la violencia, los conflictos difícilmente se resuelven.

6 ¿Cómo ves las peleas de pareja en presencia de otros?

- A** Completamente inaceptable.
- B** No es muy considerado.
- C** Espontáneo y sincero.

7 ¿Interrumpes con frecuencia a tu interlocutor?

- A** Sí, bastante a menudo.
- B** A veces, dependiendo de cómo se desarrolle la conversación.
- C** Muy rara vez.

8 Cuando te enfadas, ¿reaccionas también físicamente, por ejemplo, con dolor de estómago o temblores?

- A** Dependiendo de la situación, puede ocurrir.
- B** Sí, es algo muy típico en mí.
- C** No, generalmente me mantengo tranquilo.

9 ¿Cómo reaccionas cuando los planes cambian en el último momento?

- A** Me irrito, algo así me estresa.
- B** Me siento molesto, pero me adapto.
- C** No me importa, soy flexible.

10 Recibes un aviso de pago a pesar de que ya has pagado.

Tu reacción:

- A** Envío una copia de la transferencia.
- B** Respondo con unas líneas irónicas.
- C** Me quejo indignado por esta insolencia.

11 ¿Quieres tener siempre la razón en las discusiones?

- A** No, no insisto en mi postura.
- B** Sí, me cuesta ceder.
- C** Para mí, solo importan los mejores argumentos.

12 Un colega te critica en el trabajo.

- A** Me justifico.
- B** Reflexiono sobre si la crítica es justa.
- C** Le señalo sus propios errores.

13 En una fiesta, alguien hace una broma a tu costa.

- A** Respondo con un comentario humorístico.
- B** Me río junto a los demás.
- C** Digo: "No tiene ninguna gracia".

14 ¿Te consideras una persona paciente y comprensiva?

- A** En general, sí.
- B** Sí, tengo paciencia de santo.
- C** No, más bien soy impaciente.

RESULTADOS

Marca tus respuestas y suma los puntos según la tabla de abajo. Esto determinará tu puntuación total:

Hasta 21 puntos: Impulsivo e incontrolado

El autocontrol no es precisamente uno de tus puntos fuertes. Cuando estás feliz, ríes a carcajadas y de manera auténtica. Si tienes ganas de llorar, no reprimes las lágrimas, incluso en compañía. Y cuando te enfadas, puedes tener un estallido emocional explosivo, sin considerar tu entorno.

Tu expresividad emocional puede parecer sincera y sincera para algunos, pero a otros puede resultarles agotadora.

Consejo: Intenta, especialmente ante la ira o la frustración, detenerte conscientemente antes de reaccionar. Eso hará que tu trato con los demás sea más agradable.

De 22 a 59 puntos: Espontáneo, pero controlado

Por lo general, logras mantener la calma incluso cuando otros pierden los estribos. No deseas parecer ridículo ni reaccionar de manera exagerada. Sin embargo, en un entorno de confianza permites que tus emociones fluyan: muestras afecto abiertamente, expresas

críticas de manera directa o exteriorizas tu enfado con palabras claras. Has logrado un buen equilibrio entre naturalidad y moderación.

Consejo: Mantén tu espontaneidad. El autocontrol no significa reprimir las emociones, sino mostrarlas de manera consciente y adecuada.

A partir de 60 puntos: Reservado y prudente

Controlas tus emociones con gran precisión. La alegría la muestras con una sonrisa, no con gestos exagerados. Incluso ante problemas mayores, pareces mantener la calma, aunque por dentro estés tenso. Tu autocontrol te ayuda a evitar conflictos, pero a largo plazo puede generar presión interna. Quien reprime siempre sus emociones corre el riesgo de sobrecargarse.

Consejo: Permítete expresar tus emociones de manera espontánea de vez en cuando. Incluso la contención necesita una vía de escape; de lo contrario, el autocontrol puede convertirse en una carga.

Puntos de prueba

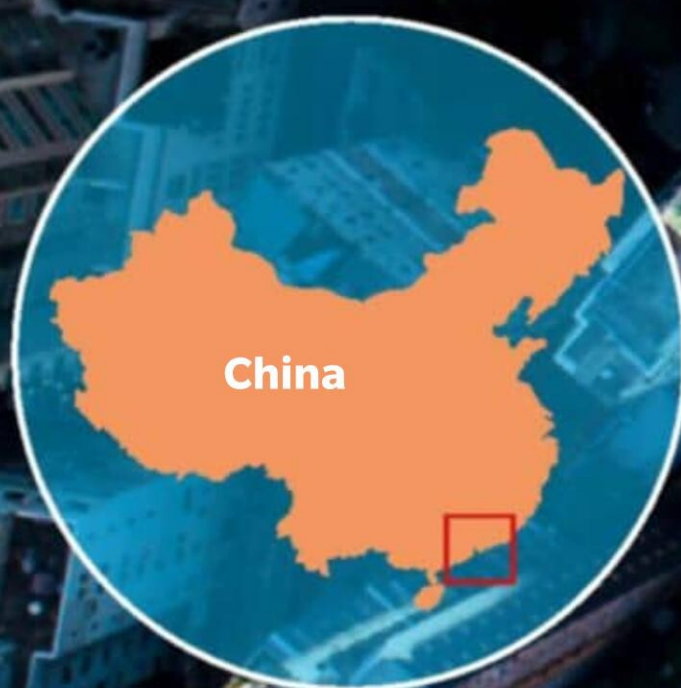
Preg.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
A	0	1	6	3	6	6	1	3	0	6	6	3	6	3
B	6	3	0	0	0	3	3	0	3	3	0	6	3	6
C	3	6	3	6	3	0	6	6	6	0	3	0	0	0

Puntuación total:

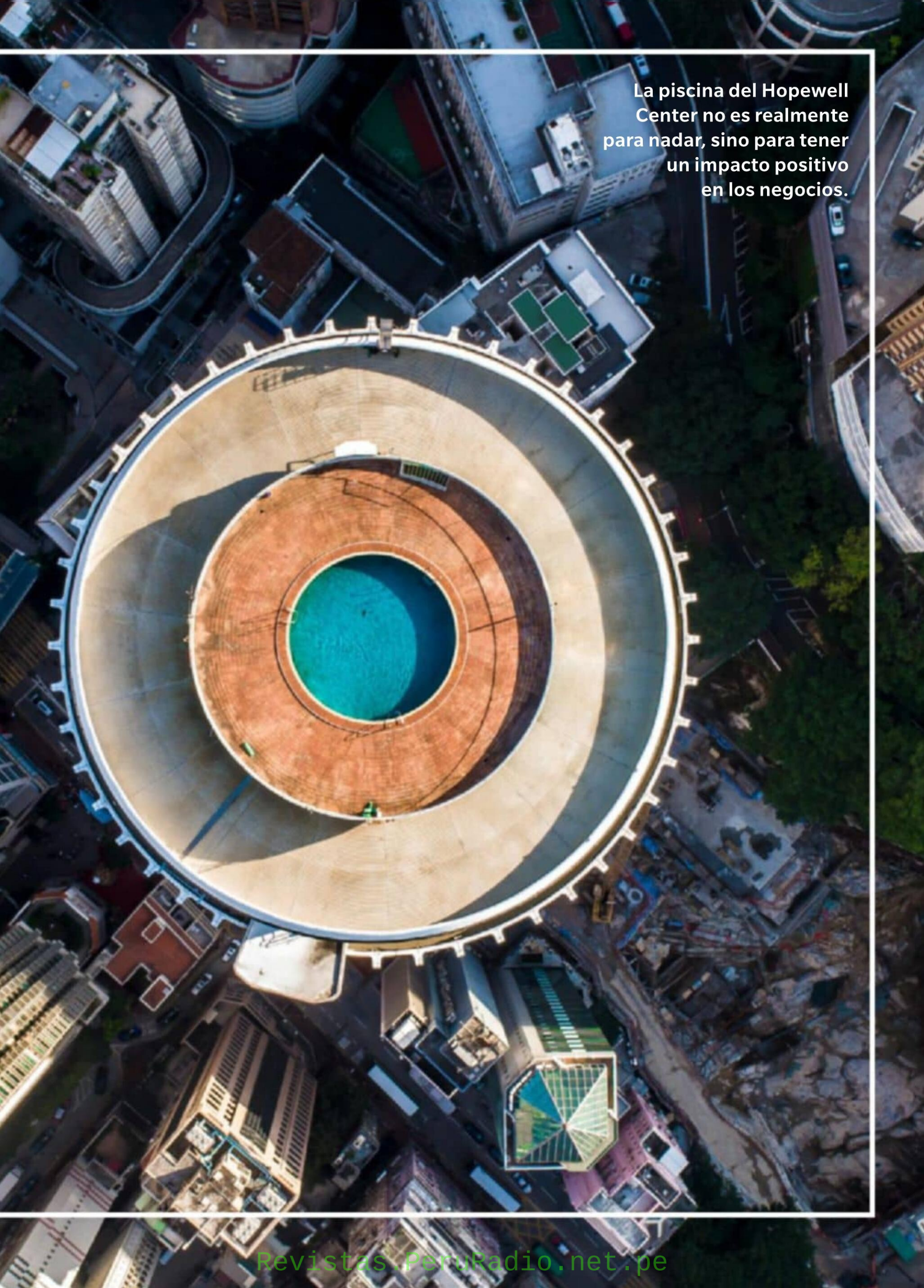
LAS CARAS DEL AZAR

EN HONG KONG HAY MUCHAS FORMAS
DE FAVORECER LA SUERTE

Françoise Hauser



FOTOGRAFÍA Y MAPA: © GETTY IMAGES, © ANTOINE GRUYER, GETTY IMAGES

An aerial photograph looking down into a large, circular rooftop swimming pool at the Hopewell Center. The pool has a light-colored, possibly concrete or stone, deck surrounding a central area of blue water. The pool is situated on a high-rise building, with other skyscrapers and city streets visible in the background. The lighting suggests it's daytime, with shadows cast across the pool deck.

La piscina del Hopewell Center no es realmente para nadar, sino para tener un impacto positivo en los negocios.

Debería realmente cambiar de trabajo? Y si es así, ¿cuándo es el mejor momento? ¿Es mi novia realmente el amor de mi vida? ¿Y vale la pena mudarse?

El maestro Lim responde a preguntas como estas todos los días. El adivino tiene su oficina en Mongkok, un barrio comercial al norte de la península de Kowloon (Hong Kong), en uno de los muchos rascacielos que se elevan densamente hacia el cielo. Los turistas rara vez se aventuran en esta zona, a menos que estén paseando por uno de los mercados nocturnos.

Pero vale la pena visitarla, al menos si quieres echar un vistazo al futuro. Un ascensor lo lleva a la quinta planta del edificio de hormigón, con su ambiente bastante austero: bajo la luz deslumbrante de dos tubos de neón, Lim se sienta en su oficina de una sola habitación y sonríe con picardía a su visitante europeo.

Este antiguo impresor descubrió hace varios años su verdadera vocación como adivino, se formó con un maestro y ahora ayuda a otros a forjar su propia suerte. El maestro Lim también tiene empleados. Cinco, para ser exactos. Hay que reconocer que son bastante poco exigentes y taciturnos, ya que son pinzones blancos domesticados. La adivinación con pájaros es una de sus especialidades.

Coloca secamente una pequeña jaula sobre la mesa, en la que tres pinzones miran con curiosidad a través de los ba-

rrotes. Una rápida mención a la fecha de nacimiento y se pone manos a la obra.

Cuando le preguntan: “¿Cómo evolucionará mi carrera?”, el maestro Lim asiente y abre la puerta de la jaula. Uno de los pájaros sale a toda velocidad y, tras un momento de vacilación —el pajarito sabe cómo crear suspense—, picotea un sobre.

Dentro hay un breve pasaje de un poema clásico, que Lim interpreta ahora como respuesta a la pregunta. Y es positiva: “Está claro —dice— ¡tu carrera despegará en el nuevo año y tu próximo libro será un éxito de ventas!”.

Por desgracia, no queda mucho tiempo para preguntas personales: ¿qué edad tienes? Más de 60, pero el adivino no quiere revelar nada más. Los demás detalles de su carrera también siguen siendo un misterio: “¡secreto profesional!”. Los siguientes clientes ya esperan fuera de la puerta del pequeño apartamento: una joven pareja que espera que los ayude a encontrar la fecha ideal para su boda. Por supuesto, el maestro Lim también puede ayudarlos.

Por cierto, no es tan caro: cuesta alrededor de 15 euros que él y sus pinzones respondan a una pregunta. No solo los locales, sino también los turistas son bienvenidos, dice mientras se despide de nosotros.

El número de la mala suerte

Al bajar, los botones del ascensor revelan que los arquitectos del edificio también tuvieron en cuenta la suerte: el



Los adivinos revelan el futuro en el templo Wong Tai Sin. Frotar la nariz de un dragón garantiza la buena suerte.

maestro Lim vive en realidad en el cuarto piso, pero este no existe, al menos no en el panel de control, al igual que los pisos 14 y 24.

Dado que el número cuatro se pronuncia “muerte” tanto en mandarín como en cantonés, se evita en la vida cotidiana. El número ocho es más popular, ya que su pronunciación recuerda a “hacerse rico”, y se utiliza, por ejemplo, en las matrículas de los coches y en los números de teléfono. Acudir a un adivino y utilizar los números adecuados son métodos populares en Hong Kong para atraer cambios positivos a la vida.

La ciudad también intenta echar una mano a la suerte de otras maneras, concretamente con trucos arquitectónicos. Esto se demuestra magistralmente en el distrito Central, donde el arte de la geomancia, el estudio de la vida armónica, conocido en chino como “feng shui”, está omnipresente, ¿si sabes dónde buscar!

Es importante saber que, según la creencia china, la fuerza vital Qi es la base de toda la vida. Circula por el cuerpo humano al igual que por el paisaje, donde hay verdaderas venas de Qi. Si el flujo se interrumpe, las conse-



Espirales de incienso en el templo Man Mo (arriba) y varitas de incienso para la buena suerte. El banco HSBC se erige sobre pilotes, para que los dragones puedan pasar por debajo.



cuencias son impredecibles: enfermedades, quiebras, malos negocios y mucha mala suerte, entre otras. Sin Qi, todo es nada.

Menos mal que hay geománticos que saben cómo canalizar esta energía. Los demonios y los espíritus también desempeñan un papel, ya que también pueden ser guiados y disipados a través de la geomancia. Solo aquellos que ven Hong Kong a través de esta lente pueden comprender el significado más profundo que se esconde detrás de algunos de sus detalles arquitectónicos.

El camino hacia la felicidad comienza en Exchange Square, en la isla de Hong Kong. Es uno de los primeros lugares que se colonizaron en la isla y sigue siendo una ubicación privilegiada. El hecho de que la plaza haya permanecido milagrosamente sin urbanizar en una ciudad donde los terrenos edificables son muy codiciados se debe, según se dice, a un discreto acuerdo entre el banco HSBC, situado al sur de la plaza, y el gobierno de la ciudad.

El flujo de la fuerza vital

La sede del banco en Hong Kong se encuentra aquí desde 1865, con vistas al agua y las montañas a sus espaldas, una ubicación ideal en términos de geomancia. Cuando se reconstruyó el edificio del banco en la década de 1980, se pretendía hacer historia en la arquitectura y, por supuesto, atraer la buena

suerte. Por eso, el rascacielos se sostiene sobre pilotes, lo que permite que los fantasmas y los dragones pasen por debajo. Lo que no pueden hacer es llegar a la primera planta, porque casi solo hay escaleras mecánicas. Los demonios odian todo lo eléctrico.

La rapidez con la que puede desaparecer el apreciado feng shui queda demostrada por el edificio vecino del Banco de China, controlado por Pekín. Terminado en 1989, se caracteriza por un diseño especialmente moderno con muchos bordes afilados. Estos cortan el flujo de energía positiva de los edificios circundantes, como están convencidos los geománticos y la mayoría de los residentes de Hong Kong. En respuesta a ello, el HSBC instaló dos grúas para limpiar ventanas que se asemejan a cañones y que apuntan directamente al Banco de China, con el fin de mantener alejados a los espíritus indeseados.

No es casualidad que dos bancos, de entre todas las instituciones, se preocupen tanto por la suerte arquitectónica: ¿quién quiere arriesgarse a perder dinero por negligencia solo por no haber tenido en cuenta la energía qi durante la fase de planificación?

Los otros rascacielos de los alrededores también están equipados con discretos refinamientos: Jardine House, construido en 1972, fue el primer rascacielos construido en Hong Kong y fue muy bien recibido en su momento por sus ventanas redondas que recuerdan a las monedas.



La parte superior del rascacielos Two International parece tocar el cielo.

El hecho de que en realidad se supone que deben parecerse a ojos de buey y reflejar así la historia marítima de la empresa comercial Jardine Matheson es irrelevante.

Sin embargo, para ser sinceros, hay que añadir que también se le conoce burlescamente como *The House of a Thousand Arseholes* (El edificio de los mil imbéciles).

El rascacielos Two International Finance Centre, situado justo al lado, se asemeja a un brote de bambú y, con sus 88 pisos, promete riqueza. Termina en la parte superior con mástiles de acero revestidos de aluminio que se asemejan a una mano que se extiende hacia el cielo, luchando por alcanzar mayores alturas.

Una vez que se tiene buen ojo para estas cosas, los elementos de la felicidad en Hong Kong están por todas partes: las malas vibraciones simplemente se deslizan por la fachada curva del rascacielos Henderson en Murray Road, mientras que muchos otros rascacielos con esquinas redondeadas garantizan que la energía pueda fluir libremente.

Un ejemplo especialmente bello de feng shui creativo es la torre de 222 metros de altura del Hopewell Centre en Wan Chai. Este edificio circular de 64 pisos se construyó en 1980 y siguió siendo el más alto de la metrópoli hasta la finalización del Banco de China.

Nada más terminarse, los geománticos advirtieron que recordaba mucho a un cigarro: ¿quería el constructor ver cómo su riqueza se esfumaba? Así que se construyó rápidamente una piscina en la azotea, a modo de contrapunto para extinguir las imaginarias llamas.

Sin oportunidad para enemigos y demonios

Quienes quieran echar una mano a la suerte también pueden hacerlo más allá del horizonte, por ejemplo, en los numerosos templos de Hong Kong. Como a fantasmas y demonios les gusta merodear por aquí, se les mantiene a raya con todo tipo de medidas arquitectónicas: altos umbrales, porque los demonios no pueden levantar los pies. Y como tampoco pueden girar en las esquinas, las “paredes fantasma” a menudo obligan a los visitantes humanos del templo a hacerlo.

En el interior, suele haber un adivino. O docenas de ellos, como en el templo Sik Sik Yuen Wong Tai Sin, en el noreste de Kowloon. Aquí se puede agitar un estuche con palillos numerados hasta que caiga uno, y entonces se predice el futuro basándose en el número. Y si el resultado no es muy bueno, se puede pedir un destino mejor con unas varitas de incienso. También ayuda frotar la nariz de una figura de dragón, por eso el metal está pulido hasta brillar.

Las cosas van un poco más rápido en el templo Che Kung, más al norte, en Sha Tin: para obtener una dosis extra de suerte, solo hay que girar la rueda de

la fortuna tres veces. El templo Man Mo, en Sheung Wan, por su parte, es conocido por sus grandes espirales de incienso que cuelgan del techo. A quienes las encienden se les promete suerte y riqueza.

Cuando se trata de poner en su sitio a enemigos y competidores concretos, las chamanas que se encuentran bajo el paso elevado de Canal Road, en Wan Chai, al norte de Central, saben qué hacer. Por unos cinco euros, los maldicen o les quitan la mala suerte. No es necesario saber cantonés: la comunicación es fácil gracias a unas pequeñas fichas con frases preescritas.

Nadie sabe cuántos adivinos, geománticos, chamanes y otros proveedores de servicios relacionados con la suerte hay en Hong Kong, pero es probable que sean miles y miles. Es interesante señalar que una ayuda supuestamente típica china apenas se utiliza en Hong Kong: la galleta de la fortuna.

Aunque estas galletas especiales se comercializan aquí desde hace mucho tiempo —Hong Kong cuenta con varios grandes fabricantes que incluso ofrecen sabores inusuales, como matcha y fresa—, la mayoría de las galletas de la fortuna de Hong Kong se exportan. Probablemente fueron los restaurantes japoneses de Estados Unidos los que popularizaron las galletas de la fortuna a principios del siglo XX. Pero, sinceramente, con todas las oportunidades que ofrece Hong Kong para influir en tu suerte, realmente no depende de una galleta. 🍪





La policía estaba desconcertada:
¿Cómo podía una misma persona
atracar dos bancos casi a la vez?

ATRACOS AL ANOCHECER

Andrew Dubbins

ILUSTRACIÓN DE *Darya Shnykina*

*Esta historia fue publicada originariamente
por The Atavist Magazine*

Estaba anocheciendo cuando el detective Patrick Brear llegó al CBC Bank en Heathcote, un antiguo pueblo con minas de oro en el sur de Australia, entre montañas y bosques. Esa tarde del 27 de abril de 1979, un atracador de bancos había disparado en el estómago a Ray Koch, de 51 años, agente de la policía local. Había perdido mucha sangre y no se sabía si sobreviviría.

Brear, que trabajaba en la Brigada antirrobo del estado de Victoria, atravesó la multitud de agentes uniformados de azul que recogían pruebas y se dirigió a ver las imágenes de las cámaras de seguridad. Mostraban cómo el ladrón entraba corriendo con una pistola Browning, vestido con una chaqueta de cuero negra, guantes negros y una máscara con el rostro de un anciano. Brear supo al instante quién era: el atracador del anochecer.

Brear y su compañero, el detective John Beever, llevaban más de un año tras el hombre más buscado del estado, sospechoso de dos docenas de atracos a mano armada. Sabían que le gustaba centrarse en objetivos rurales poco antes de la hora del cierre, para luego escapar hacia el monte refugiándose en la oscuridad. Y, de forma inimaginable,

podía perpetrar dos robos en localidades separadas a más de quince kilómetros de distancia en el plazo de media hora. ¿Cómo lo hacía?

Al principio de su carrera había sido cauto, llevándose pequeñas cantidades de casas de apuestas, conocidas como TAB. Pero en los últimos meses se había mostrado más atrevido, vaciando bancos a veces a plena luz del día. Era tan audaz que aquel día era la tercera vez en un año que asaltaba el mismo banco. Tras huir en su vehículo y abandonar el coche a las afueras del pueblo, se le vio alejarse a toda velocidad en una motocicleta hacia el monte. Las fuerzas del orden, que desplegaron un operativo con un avión, un equipo SWAT de élite y jaurías de perros, peinaron el terreno agreste, sin éxito.

A la mañana siguiente, Rick Hasty circulaba en su furgón policial por la ciudad de Bendigo, a 40 minutos al noroeste de Heathcote. Nadie esperaba que el atracador apareciera allí: había tenido que eludir a los 200 agentes que lo buscaban, una maniobra demasiado arriesgada incluso para este atracador.

Parado en el tráfico, Hasty vio a un hombre con bigote cruzar la calle con una maleta azul. No tenía motivos para sospechar que fuese el ladrón, pero tuvo un presentimiento. Observó cómo el hombre entraba en un callejón sin salida. Aparcó la furgoneta y, cuando caminó hacia el callejón, el hombre se le acercó.

“¿Cómo te llamas?”, preguntó Hasty.

“Peter Morgan”, respondió el hombre. “¿Por qué?”

Hasty no llevaba ningún arma pero tampoco vio ningún bulto sospechoso en los bolsillos de Morgan que indicara que él tuviera una. Hasty, fuerte y en buena forma, se sintió confiado.

“¿Puedo mirar dentro de la maleta?”

“Claro.”

Se arrodilló y abrió la maleta. Había una lata de Coca-Cola, un periódico y, dentro de una bolsa, una escopeta recortada, fajos de billetes y una máscara con el rostro de un anciano. Hasty se volvió hacia Morgan, que ahora lo apuntaba con una pistola.

Es de juguete, pensó Hasty. Pero luego pensó: no, voy a morir.

Morgan apretó la pistola contra su estómago y forcejearon en silencio. Morgan apretó el gatillo dos veces, pero

la pistola no tenía balas en la recámara. Hasty obligó al hombre a alzar la mano que empuñaba la pistola, y el arma terminó en el suelo. Lo empujó contra la pared y lo agarró por el cuello.

“Me tienes,” dijo Morgan. “Te acabo de convertir en un héroe.”

Cuando los detectives registraron la granja de Peter Morgan, donde vivía con su mujer y su hijo, encontraron una fotografía sentado y sonriendo en un restaurante elegante junto a otro hombre. Llevaban la misma camisa, el mismo bigote y eran idénticos.

Por fin, la policía entendió cómo podía estar en dos sitios a la vez: Peter tenía un hermano gemelo. Los detectives Brear y Beever habían estado persiguiendo a dos hombres. Eso significaba que la otra mitad del atracador del anochecer seguía en libertad.

PARA COMPRENDER la trayectoria delictiva de los hermanos es necesario conocer a su padre. El 15 de diciembre de 1949, un joven de 19 años llamado Kay Morgan entró con un maletín en el Commercial Bank en un barrio a las afueras de Melbourne. Llevaba un traje azul oscuro, sombrero de fieltro gris y gafas de sol. El adolescente, nervioso, sacó una pistola. “¡Que empiece el juego!”, gritó. “¡Me lo llevo todo!”

El cajero abrió el cajón del dinero. “Aquí está,” lo provocó. “Ven a buscarlo.” Entonces el cajero y el director del banco sacaron sus propias pistolas. Kay disparó dos tiros alocadamente, sin alcanzar a nadie, y corrió hacia el otro

lado de la calle donde le esperaba un coche deportivo robado. El cajero y el director le persiguieron, disparando 15 tiros e impactando en su coche en numerosas ocasiones. Kay chocó contra un terraplén a un kilómetro carretera abajo y se internó en el monte.

Tras una cacería humana, la policía detuvo a Kay. Confesó, admitiendo que lo había hecho para devolver un préstamo. Tras tres años en prisión, se casó con una amiga de la infancia llamada Beryl, y el 30 de octubre de 1953 nacieron sus hijos gemelos, Peter y Doug.

En Melbourne, Kay prosperó como promotor inmobiliario, hasta que una crisis en los años sesenta lo arruinó. Se mudaron a Nueva Zelanda cuando los gemelos eran adolescentes y, aunque Kay encontró trabajo como carpintero,

pronto volvió a su faceta de delincuente. Irrumpía en oficinas postales por la noche, sacaba la caja fuerte hasta su coche, huía a toda velocidad y luego abría las cajas con un cincel, a menudo mientras los gemelos jugaban en otra habitación. Además del dinero, las cajas contenían sellos, que Kay revendía a la propia oficina postal. Le decía a los chicos que era aceptable hacer lo que fuera necesario para salir adelante, siempre que nadie resultara herido.

Durante sus delitos, Kay llevaba gafas falsas y se peinaba hacia atrás. La policía no solía parar a un vehículo que llevaba un par de niños adorables en el asiento trasero, así que se llevaba a los chicos para que le “echaran una mano”. Una noche, cuando Doug tenía 12 años, Kay aparcó cerca de un super-



mercado y, al bajar del coche, le dijo a su hijo que hiciera guardia. Doug se sentó en el asiento del conductor: era genial sentarse al volante. No mucho después, la alarma de la tienda se disparó y su padre abrió de golpe la puerta. “¡Échate para allá!”, dijo Kay mientras se deslizaba dentro. Padre e hijo arrancaron a toda prisa.

La trayectoria delictiva de Kay hizo que la familia viviera siempre huyendo de casa en casa y cambiando a los niños de colegio, inscribiéndolos a menudo con nombres falsos. Pero ser fugitivos los unió mucho y Doug consideraba que formaban “una banda de

una oficina postal. En su lugar, él empujó una carretilla contra su objetivo, planeando llevarse la caja fuerte. La policía apareció y detuvo a Kay. Beryl llevó entonces a los chicos de 13 años hasta un puente cercano por la noche, desde donde tiraron las pruebas —cajas fuertes vacías— al río.

Kay pasó 18 meses en la cárcel y luego fue deportado a Australia. Prometió cambiar de vida. Volvió a la construcción y enseñó el oficio a los gemelos, sacándolos del colegio cuando tenían 15 años.

Pero cuando los chicos tenían 18, Kay murió repentinamente de proble-

LA FAMILIA VIVÍA CONSTANTEMENTE HUYENDO, DE CASA EN CASA Y DE COLEGIO EN COLEGIO, DONDE LOS NIÑOS SE MATRICULABAN CON NOMBRES FALSOS.

cuatro”. En las fotos de esa época es imposible distinguir a los gemelos; no solo vestían igual, sino que en general eran el único compañero de juego el uno del otro. Pero sus personalidades chocaban: Doug era irreverente, mientras que Peter era serio, y eran extremadamente competitivos, con un punto de violencia: hacían guerras de agua y de almohadas tan intensas que su madre se encerraba en otra habitación para evitar el caos.

Con el tiempo, Beryl empezó a sospechar que su carismático marido veía a otras mujeres, y una noche se negó a que Kay cogiera el coche para atracar

mas cardíacos a los 41 años. Eso los unió aún más: su lema parecía ser “mi hermano [y yo] contra el mundo”, dijo Doug. Cuando Beryl se volvió a casar poco después de la muerte de Kay, Doug lo consideró como la segunda pérdida de la “banda de cuatro”. Pero pronto se abriría una brecha insalvable.

LOS GEMELOS GANABAN un buen dinero en la construcción, pero a Peter le molestaba depender de otros para ganarse la vida. Un día, cuando los hermanos tenían 23 años —ambos casados y con hijos que mantener— Peter leyó un artículo sobre la Boiler Suit

Gang, unos atracadores de bancos llamados así por los monos azules que vestían durante los robos. “Podríamos hacer eso,” dijo.

Al principio Doug no le hizo caso, pero Peter no dejó de insistir, y pronto Doug empezó a dejarse enredar por las fantasías de su hermano sobre cómo organizar un golpe. Apuntarían a objetivos rurales —menos policías que en las ciudades— y lo harían justo antes del cierre: la oscuridad les ayudaría a ocultarse mientras huían por el monte.

Todo quedó en palabras hasta que el dinero empezó a escasear. En la primavera de 1977, los gemelos esperaban cobrar un par de estructuras de casas que habían montado, pero el dinero no llegaban. Peter decidió que un atraco le liberaría. También le preocupaba su salud, ya que le daba miedo tener un problema cardíaco como el que había acabado con su padre. Más le valía “salir y conseguir ya un reloj de oro”.

Doug estaba dispuesto a considerar la idea; la filosofía de su padre había sido que uno debía hacer lo necesario para mantener el nivel de vida deseado. Doug también se dio cuenta de que, si los pillaban, los fiscales tendrían que probar cuál de los dos había cometido el delito. Estarían a salvo si ambos guardaban silencio.

Los hermanos planearon usar un coche robado para el atraco, pero Doug se negó a ayudar a robarlo; también se negó a ser el autor material o llevar un arma. “Yo lo haré todo,” dijo Peter. Doug ayudaría a llevarle hasta y desde

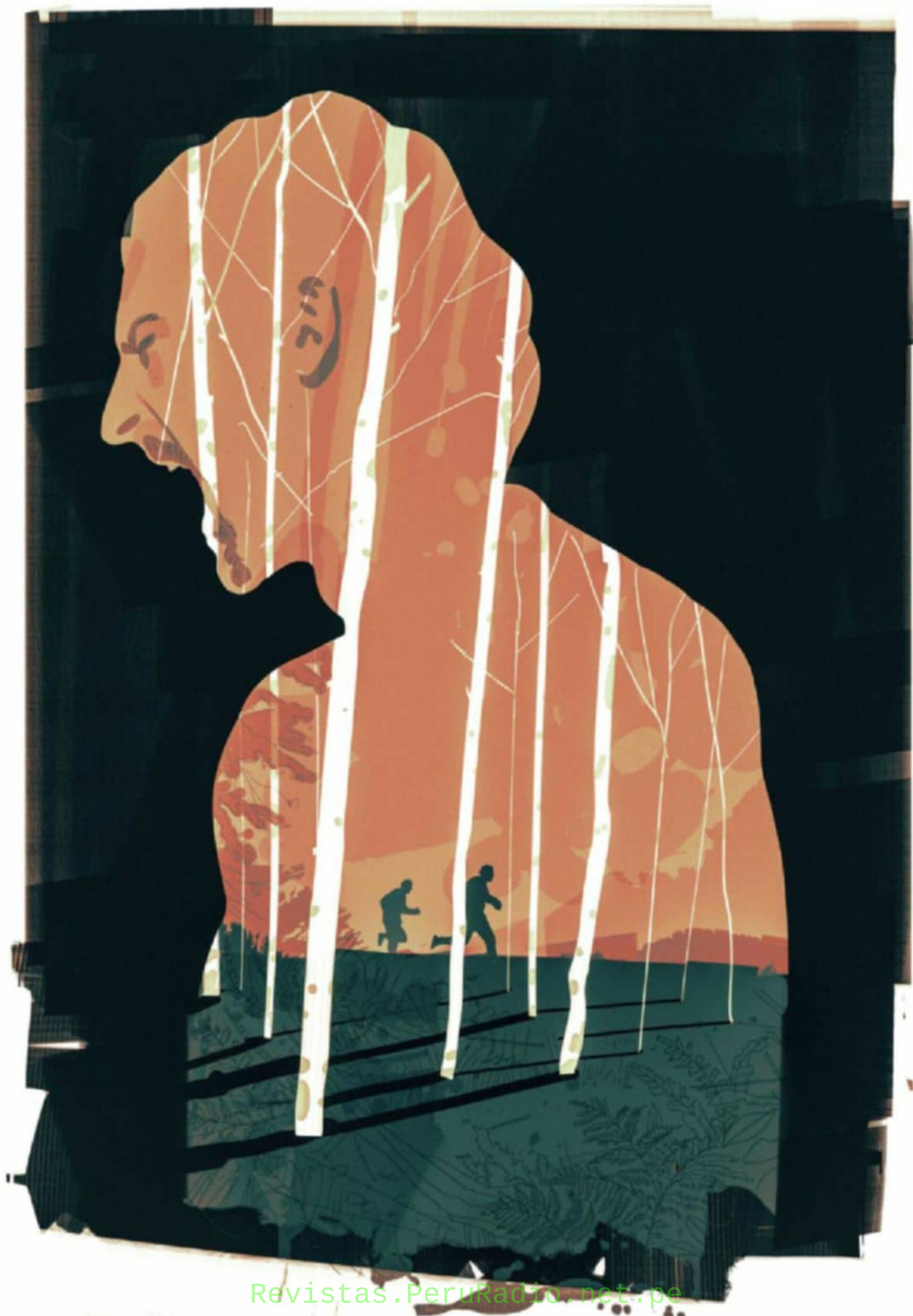
la escena del crimen, y acordaron que Peter se llevaría dos tercios del botín.

Justo antes del fin de semana de Pascua, Peter entró en un concesionario de coches cerca de Melbourne. Le dijo al vendedor que estaba interesado en el Ford. “Es una sorpresa para mi mujer”, explicó Peter, “así que me gustaría llevarlo a casa y enseñarle lo que voy a comprar.”

Peter se puso al volante, el vendedor subió al coche y ambos salieron a toda velocidad bajo la lluvia. Peter condujo hasta una casa cercana, donde se bajaron. Mientras el vendedor avanzaba por el camino, ansioso por conocer a la esposa de Peter, éste sacó una pistola de aire comprimido.

“Aquí es donde nos separamos”, le dijo al atónito vendedor. Peter se marchó rápidamente hacia un cementerio cercano, donde esperó a que oscureciera. Luego condujo hasta una casa de apuestas y entró empuñando un rifle de asalto semiautomático del calibre 22 que había comprado en Melbourne. Llevaba un mono caqui empapado a causa de la lluvia. Había planeado cubrirse la cabeza con una media, pero el agua le impediría ver bien, así que entró a cara descubierta.

Peter ordenó al director vaciar las cajas registradoras y, después de meter los billetes en una bolsa, le indicó que abriera la caja fuerte. El hombre se negó. En su lugar, le dio un sermón a Peter para que no arruinara su vida. Peter retrocedió hacia la puerta y se metió de un salto en el coche Ford robado.



DOUG LO ESPERABA al volante de su coche a unos pocos kilómetros del pueblo, y cuando Peter llegó, le lanzó la bolsa con el dinero por la ventanilla. Los hermanos se marcharon en direcciones distintas.

Con la adrenalina a tope, Peter aceleró por un camino forestal bajo el diluvio. Cuando el GT se deslizó hasta un arroyo crecido, Peter lo abandonó y continuó a pie hasta el punto de encuentro que había pactado con Doug. Solo después se daría cuenta de los paralelismos con el atraco de su padre en 1949, aquel que le valió tres años de cárcel: igual que Kay, Peter no

golpe, demostrar que era tan duro como él. Acordaron evitar la violencia innecesaria y fijaron su objetivo en una casa de apuestas en Berwick, en el sureste de Melbourne. Sería la primera y única vez que harían un trabajo juntos. Doug seguía sintiéndose incómodo con la idea de llevar un arma, así que compró una pistola de juguete.

Justo antes del atraco, en la tarde del 30 de mayo de 1977, Doug pasó por delante de la comisaría de Berwick y pinchó los neumáticos de un coche patrulla con un destornillador. Luego, los hermanos Morgan irrumpieron en la casa de apuestas: Peter con un rifle y

PETER PLANEÓ DOS ATRACOS EN MEDIA HORA. EL PRIMERO DISTRAERÍA A LA POLICÍA Y DESPEJARÍA EL CAMINO PARA EL SEGUNDO.

había logrado abrir la caja fuerte, y también había estrellado un coche deportivo robado.

El botín de la casa TAB fue de 320 dólares. “No eres gran cosa como atracador”, le dijo Doug. Peter estaba conmocionado, pero al ver que la policía no llamaba a su puerta, tuvo una revelación eufórica: se había salido con la suya. Los cheques pendientes de su trabajo en la construcción llegaron cuatro días después del atraco, pero ya no importaba. Peter había saboreado las mieles del delito y quería más.

Y Doug también. Quería tener el mismo papel que Peter en el próximo

Doug con la pistola falsa. Esta vez, el gerente abrió la caja fuerte. Los hermanos llenaron las bolsas, salieron corriendo y montaron en unas bicicletas que Peter había pintado de negro para ser menos visibles de noche. Bajaron por una colina hasta las vías del tren y pedalearon un tramo corto hasta llegar al coche que habían aparcado. Su botín: 916 dólares.

Para su siguiente golpe, Peter planeó un “doble trabajo”: dos atracos en media hora. El primero distraería a la policía y allanaría el camino para el segundo. Los gemelos llevarían jerséis idénticos, como cuando eran niños,

para que las autoridades pensarán que un único delincuente había cometido los dos robos.

Peter cumplió su parte y robó 1.277 dólares en una casa de apuestas de Hastings, pero Doug se echó atrás y abortó su atraco. Doce días después, Doug buscó redimirse e irrumpió en una casa de apuestas en Koo Wee Rup con la pistola falsa y una escopeta recortada para hacer disparos de advertencia.

Un mes más tarde, Peter planeó otro doble golpe. Robó 1.567 dólares de una casa de apuestas en Lilydale, pero Doug volvió a acobardarse. Diez días después, Doug atracó el objetivo que tenía asignado: una casa de apuestas en un pequeño pueblo del valle de Yarra. Al entrar, un cliente estaba haciendo una apuesta. Doug le dijo al empleado que dejara terminar al cliente y luego le entregara el dinero. Al salir con 1.080 dólares, Doug saltó a una bicicleta, la escondió entre unos setos y caminó unos quince kilómetros hasta el punto de encuentro con Peter.

Los gemelos habían encontrado una manera mucho más rápida de hacer dinero que cargando vigas y ladrillos. Les encantaba la descarga de adrenalina que les producían los atracos y la sensación de aventura. Doug recuerda haber dormido bajo un helecho gigante durante una tormenta, arrullado por el sonido de la lluvia. Una vez, Peter estaba explorando una ruta de huida en moto cuando una docena de canguros lo rodearon al pasar corriendo.

Peter era el estratega. Llevaba un cuaderno negro donde apuntaba los posibles objetivos: ubicaciones de TABs y bancos, horarios de apertura, puntos de salida, comisarías cercanas e incluso las cafeterías favoritas de los policías locales. En vez de usar walkie-talkies, con los que alguien podría interceptar la frecuencia, desarrollaron un código de comunicación con linternas. Cuando uno de los hermanos llegaba al punto de encuentro y daba una señal, el otro respondía indicando si era seguro.

Normalmente, después de un golpe, conducían hasta Melbourne y cenaban en una hamburguesería que estaba abierta las 24 horas. Compraban el periódico del día, que a veces incluía noticias sobre su atraco. Peter recordaba un titular que aseguraba que la policía tenía acorralado al atracador y esperaba detenerlo pronto. Los gemelos reían a carcajadas mientras devoraban hamburguesas en un pueblo a varios kilómetros de allí.

AUNQUE PETER LLEVABA el arma en la mano izquierda y Doug en la derecha, nadie se dio cuenta de que eran dos atracadores. Desde agosto de 1978, John Beever y Patrick Brear dirigían el caso desde la jefatura de policía de Melbourne. Recorrían largas distancias para hablar con agentes de pequeños pueblos y volver a entrevistar a testigos, prestando atención a los detalles físicos y rutinas del atracador. Solía actuar hacia las 7 de la tarde y sus objetivos se



distribuían por todo el sur de Victoria, así que la policía empezó a organizar vigilancias entre las 17 y las 19:30 horas en las zonas donde operaba.

A Beever y Brear les desconcertaron especialmente dos atracos que se habían cometido en dos pueblos costeros con apenas 30 minutos de diferencia. Cuando el atracador entró en la casa de apuestas de Sorrento dijo a uno

de los empleados: “Perdón por llegar tarde, pero es que acabo de atracar la sucursal de Dromana.” Sin embargo, Beever y Brear comprobaron que era imposible cubrir la distancia entre ambos pueblos en media hora. ¿Era este criminal sobrehumano?

A PESAR DE LA MINUCIOSA planificación, los sustos eran inevitables. Durante

una huida, Doug se topó con un control policial en un puente y tuvo que lanzarse a un río crecido para evitar ser descubierto. Desde debajo del puente, veía las siluetas de los agentes entre las luces intermitentes. Temió que la pesada bolsa de dinero que llevaba atada al cuello pudiera hundirlo, pero finalmente logró llegar a la orilla.

Para evadir a la policía, los gemelos tenían que innovar. Tras un atraco en un pueblo costero, Peter probó un método de fuga novedoso: una canoa de madera que él mismo había construido. Navegó por la brumosa bahía con el dinero robado metido en una

una moto Honda de 500 cc. El 7 de marzo de 1978, Peter condujo la moto hasta el State Savings Bank en Mirboo North, un tranquilo pueblo agrícola. Entró corriendo con una escopeta y ordenó al director llenar una bolsa con dinero. Luego escapó hacia un pinar, escondió la moto y continuó a pie. Cuando se detuvo a descansar, revisó su botín: 15.098 dólares.

Mientras Doug a veces usaba su parte del botín para comprarse coches deportivos, Peter prefería las lanchas, las motos y las armas. Como su padre, disfrutaban apostando en las carreras de caballos y galgos. Peter usaba las

DOUG ENTRÓ EN EL BANCO, SALTÓ POR ENCIMA DEL MOSTRADOR Y GRITÓ: «PROBABLEMENTE SABES QUIÉN SOY. ¡SOY EL LADRÓN DEL ANOCHECER!».

bolsa impermeable, observando las luces de los coches policiales mientras entraban en el pueblo. De pronto, la canoa empezó a hundirse. Peter remó desesperadamente hasta la orilla y volvió andando a su coche.

Con el tiempo, las casas de apuestas empezaron a parecerle un objetivo de poca monta para el tipo de delincuente en el que Peter se veía convertido, así que a principios de 1978 decidió atracar bancos. Como los bancos cerraban antes que las TABs, sabía que corría el riesgo de ser visto a plena luz del día. Tenía que internarse en el monte más rápido que de costumbre, así que robó

apuestas como método de blanqueo: apostaba con dinero robado en una ventanilla y cobraba las ganancias en billetes limpios en otra. (Como no siempre ganaba, calculaba que el sistema equivalía a una “comisión de gestión” de un 20%). También empezó a comprar y vender caballos de carreras.

Doug tuvo un hijo y una hija, y Peter, dos hijos varones. Igual que Kay había llevado a los gemelos a sus atracos, Peter a veces llevaba a su hijo de cuatro años a vigilar objetivos y comisarías. Un día, el niño estaba en el coche con sus abuelos cuando dijo: “¡Tenemos que ir a ver la comisaría!”

“¿Por qué?”, preguntaron.

El pequeño respondió “porque a papá siempre le gusta revisarlas”.

Poco después del atraco en Mirboo North, Doug atracó una TAB pero, al huir, disparó accidentalmente en el labio a su perseguidor. Peter se enfureció porque había roto la regla de no violencia. Y no solo eso: Doug cada vez daba menos golpes. Peter le puso un apodo: Parásito. Pese a las tensiones, seguían siendo los últimos miembros de la “banda de cuatro”, y ninguno de los dos podía simplemente quitarse de en medio sin más.

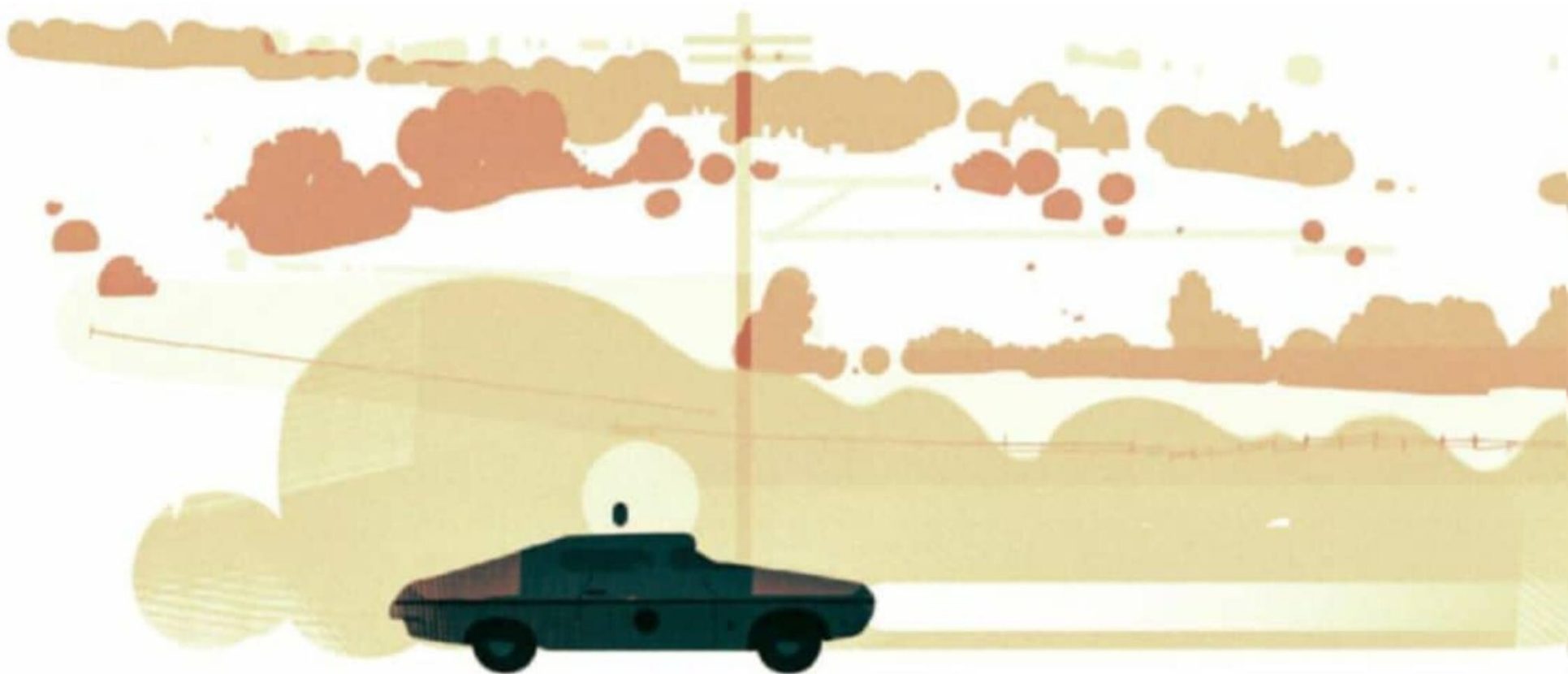
EN LA PRIMAVERA DE 1978, Doug le dijo a su hermano que pensaba atracar un banco. Peter le pidió detalles, pero Doug solo respondió que lo tenía todo planeado.

En realidad, lo único que había hecho era elegir un objetivo: el National Bank en Warburton, un antiguo pueblo con minas de oro. Cinco noches

antes del atraco, Doug robó una pequeña moto Honda y el 17 de octubre recorrió Warburton durante cuatro horas, estudiando su ruta de huida. A medida que se alargaban las sombras de la tarde, se sentó en una colina con vistas al banco y contó a los clientes que entraban y salían.

Doug entró en el banco con un largo impermeable, una media negra y un pasamontañas en la cabeza. Saltó sobre el mostrador gritando: “Probablemente sepan quién soy. ¡Soy el atracador del anochecer!” Les dijo que ya había disparado a otras personas antes, vació el dinero de los cajeros y los encerró a todos en el baño. Les advirtió que no llamaran a la policía, alegando que sabía dónde vivían.

Doug huyó en la moto hacia las colinas. Con la pesada bolsa de dinero atada a la muñeca, estuvo a punto de chocar con un autobús, pero logró esquivarlo. Poco después abandonó la moto y continuó a pie por el monte.



Cuando sintió que había despistado a los posibles perseguidores, Doug descansó apoyado en un enorme eucalipto y contó el dinero: casi 39.000 dólares. “Suficiente para empezar una nueva vida”, recuerda. “Podía irme a Nueva Zelanda o Estados Unidos. Podía comprar dos casas, montar un negocio.”

Pensó en su hermano —despilfarrando en caballos de carreras, atracando solo para demostrar que era capaz de hacerlo. Doug no quería ser como su hermano, porque en realidad no le caía bien. Si Peter iba a definirse por robar bancos, Doug se prometió no volver a dar otro golpe.

Más tarde, cuando Peter descubrió que Doug había conseguido su mayor botín hasta la fecha, se burló: “La suerte del principiante.”

El 14 de marzo de 1979, Peter se puso la máscara y entró corriendo en la misma sucursal del CBC en Heathcote que había asaltado el año anterior.

—Hola —saludó alegremente al personal—. ¿Se acuerdan de mí?

Arrojó una bolsa sobre el mostrador y ordenó a los cajeros que la llenaran, anunciando además que necesitaba un coche para huir. La contable Jan Murphy le entregó las llaves de su coche naranja. Condujo hasta el campo, donde había escondido una motocicleta, y se alejó a toda velocidad.

Doug pensó que su hermano estaba loco por haber robado el mismo banco dos veces. Si Peter caía, también arruinaría su vida, justo cuando él había prometido dejarlo. Le rogó a Peter que abandonara los atracos.

—¡Nos van a matar!

Los gemelos siempre habían discutido y peleado entre ellos, pero las confrontaciones se estaban volviendo cada vez más violentas. Doug recordó que una vez Peter lo agarró del pelo y le pateó la cara con la bota; y admite que él mismo llegó a golpear a Peter en la cara y a estrellarle la cabeza contra una pared de yeso en una obra.

Para entonces, los gemelos habían robado cerca de 100.000 dólares. Pero ahora Peter tenía otro objetivo: convertirse en “el número 1 de los caballos de carreras en Victoria”. Calculaba que lo lograría con seis golpes más.

PARA LOS INVESTIGADORES Beever y Brear, cada atraco suponía un fracaso, pero también era una fuente de aprendizaje. Descubrieron que el Atracador del anochecer se había vuelto cada vez más codicioso y temerario: a veces



incluso cometía los atracos de día, y había asaltado dos veces la misma sucursal en apenas ocho meses.

Analizando las fechas de los atracos y las sumas sustraídas, los detectives intentaron trazar un patrón y predecir el siguiente golpe. Beever apostaba por el 27 de abril, y envió un télex la víspera advirtiéndolo a la policía que vigilara discretamente bancos y casas de apuestas “sobre todo en la media hora anterior y posterior al cierre”.

Brear, en cambio, sospechaba que el objetivo volvería a ser Heathcote. Llamó a Ray Koch, uno de los dos poli-

Browning —su “arma de la suerte”, el mismo modelo que había usado su padre—. Koch bajó de su coche y trató de cubrirse, pero Peter lo agarró del brazo. Forcejearon y el arma se disparó bajo la axila del agente, alcanzándolo en la cadera. Al caer, Koch arrastró a Peter al suelo; sonó otro disparo. (Peter siempre insistiría en que ambos fueron accidentales.)

Peter lo levantó y lo llevó al interior del banco. Mientras los empleados llenaban la bolsa y abrían la caja fuerte, Koch agonizaba en una silla junto a la puerta. Peter quería irse rápido, antes

SE CONVIRTIÓ EN VOLUNTARIO DEL EJÉRCITO DE SALVACIÓN Y, A SUS 70 AÑOS, SIGUE EN LA CONSTRUCCIÓN Y ASESORANDO A JÓVENES.

cías del pueblo, y le pidió que vigilara el banco. Koch le aseguró que lo haría.

Hacia las 16:40, Koch patrullaba la calle principal cuando decidió pasar de nuevo frente a la sucursal antes de que cerrara. Al acercarse, vio a un hombre en una calle lateral: era Peter, que había elegido sobre la marcha asaltar Heathcote por tercera vez, confiando en que conocía el banco a la perfección. Durante dos horas había observado el coche patrulla pasar cada treinta minutos. A las 16:30 calculó que tendría media hora antes de que regresara. Pero Koch volvió antes.

Cuando Peter se dirigía al banco, el policía se le cruzó. Peter sacó su pistola

de que llegaran los refuerzos, pero también deseaba que Koch sobreviviera. —Cuando terminemos, podrán llamar a la ambulancia —dijo a los cajeros.

De nuevo necesitaba un coche de huida, y una vez más Jan Murphy le entregó su Datsun naranja. Con 11.100 dólares auestas, salió por detrás y condujo hasta el recinto ferial, donde lo esperaba una Yamaha. Justo entonces apareció el otro coche patrulla de Heathcote, pero Peter se desvió por un sendero y lo despistó.

Agotado por la adrenalina, recorrió unos kilómetros hasta un escondite donde había preparado provisiones: dos latas de Coca-Cola, chocolate y una

radio. Después se dirigió al punto de encuentro, los escalones de una iglesia en Axedale, donde Doug debía recogerlo a las dos de la madrugada. Allí, aterido, escuchaba por la radio cómo se desplegaba un enorme operativo de búsqueda y captura: sentía que el mundo entero se le venía encima.

Dieron las dos, pero Doug no apareció. Peter ignoraba que su hermano había decidido esperar hasta la mañana siguiente, para que se dispersara la policía. Cansado y con ganas de llegar a casa para celebrar su aniversario de boda, Peter decidió hacer autostop y lo recogieron una mujer y su hija. Cuando caminaba hacia la estación, el agente Hasty lo reconoció, lo inmovilizó y lo detuvo.

En el interrogatorio, Peter admitió con calma prácticamente los 23 atracos. Sin oponer resistencia, siguió los pasos de su padre: “Sé hombre y acepta el castigo”. Al registrar su casa y descubrir que tenía un gemelo, la policía no tuvo que insistir demasiado: Peter no pensaba cubrir a Doug. Reconoció que su hermano había sido su cómplice.

Cuando Doug vio su nombre y rostro en la televisión, comprendió que Peter lo había delatado. Pasó unos días huyendo con su amante, hasta que la policía lo localizó en una playa. Intentó escapar, pero poco después chocó contra un coche patrulla.

EL JUICIO A LOS GEMELOS, que resultaron culpables, fue rápido. Doug fue condenado a más de 20 años, y Peter a casi 22:

la pena más larga por robo en la historia de Victoria, según presumiría él mismo. Doug cumplió casi 11 años, y Peter 12, ambos en la prisión de Pentridge, famosa por su dureza y sus reclusos violentos.

Mientras cumplían condena, sus mujeres los abandonaron, y los dos sufrieron violencia por parte de otros presos y de los guardias. Hubo momentos en que Doug pensó en suicidarse, pero se aferró a una imagen: actuar como un John Wayne indestructible.

Hoy se arrepienten, achacando los delitos a la estupidez de la juventud.

—Tengo cargo de conciencia por lo que hice —dice Peter, que ahora intenta poner en marcha una organización benéfica.

Doug se hizo voluntario del Ejército de Salvación y, a sus 70 años, sigue trabajando en la construcción y orientando a aprendices. También trabaja como guía en visitas a la antigua cárcel de Pentridge, hoy un exclusivo hotel.

Un día nublado de diciembre de 2023, llevó a su hijo Michael —exitoso director de marketing—, junto a su mujer e hijo, a un recorrido privado.

Doug recuerda la alegría que sentía cuando Michael lo visitaba en la cárcel, pero también la tristeza de saber que otro hombre criaba a su hijo.

—Ahí entendí el verdadero precio del delito —afirma.

Hoy Doug lleva el pelo largo y barba desarreglada mientras Peter está casi calvo con bigote blanco bien recortado. Peter planea escribir sus memorias y Doug, por su parte, las suyas propias. 🍷

ROMPECABEZAS

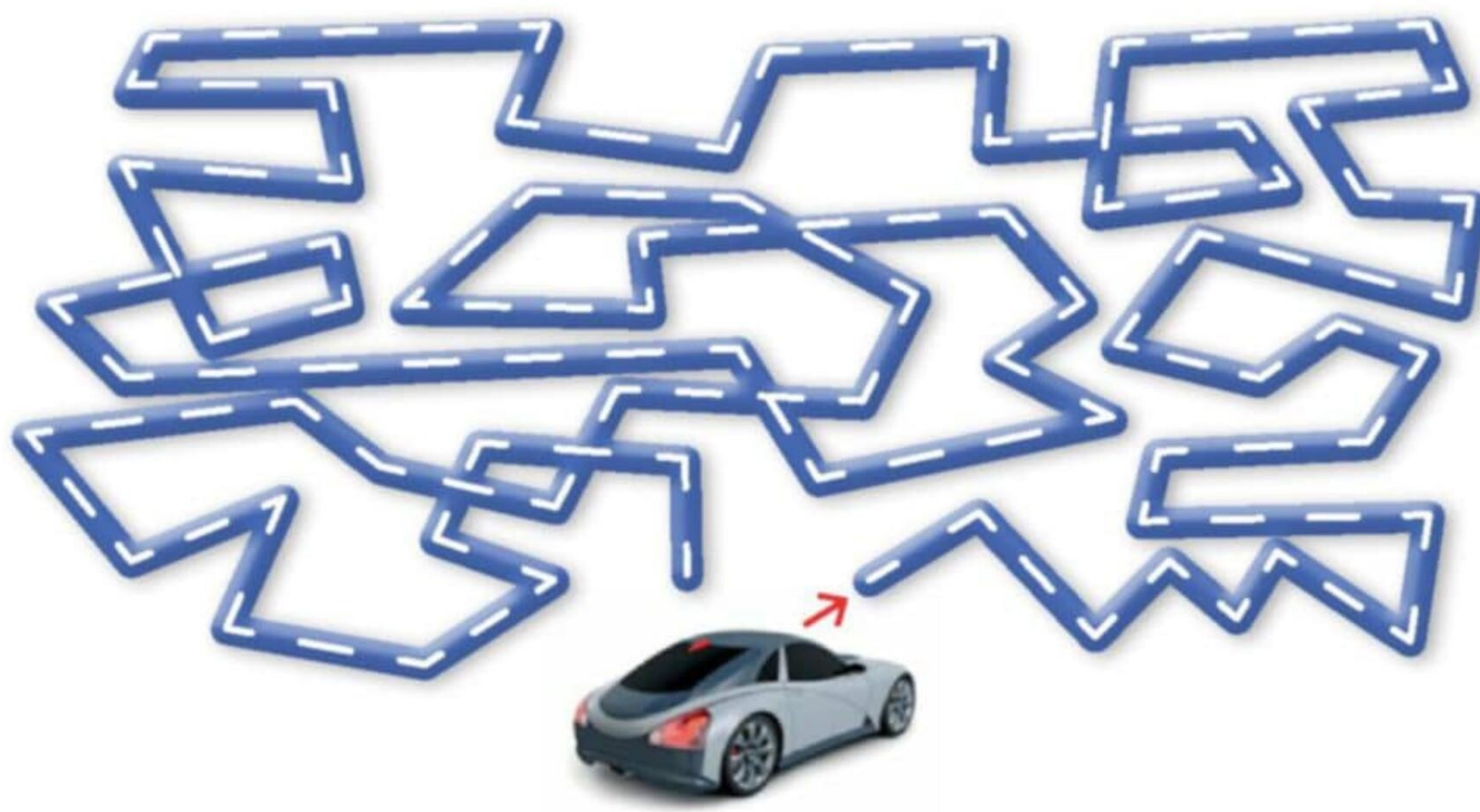
Plantillas de animales

¿Cuál de estos animales no corresponde a su plantilla?



¡En camino!

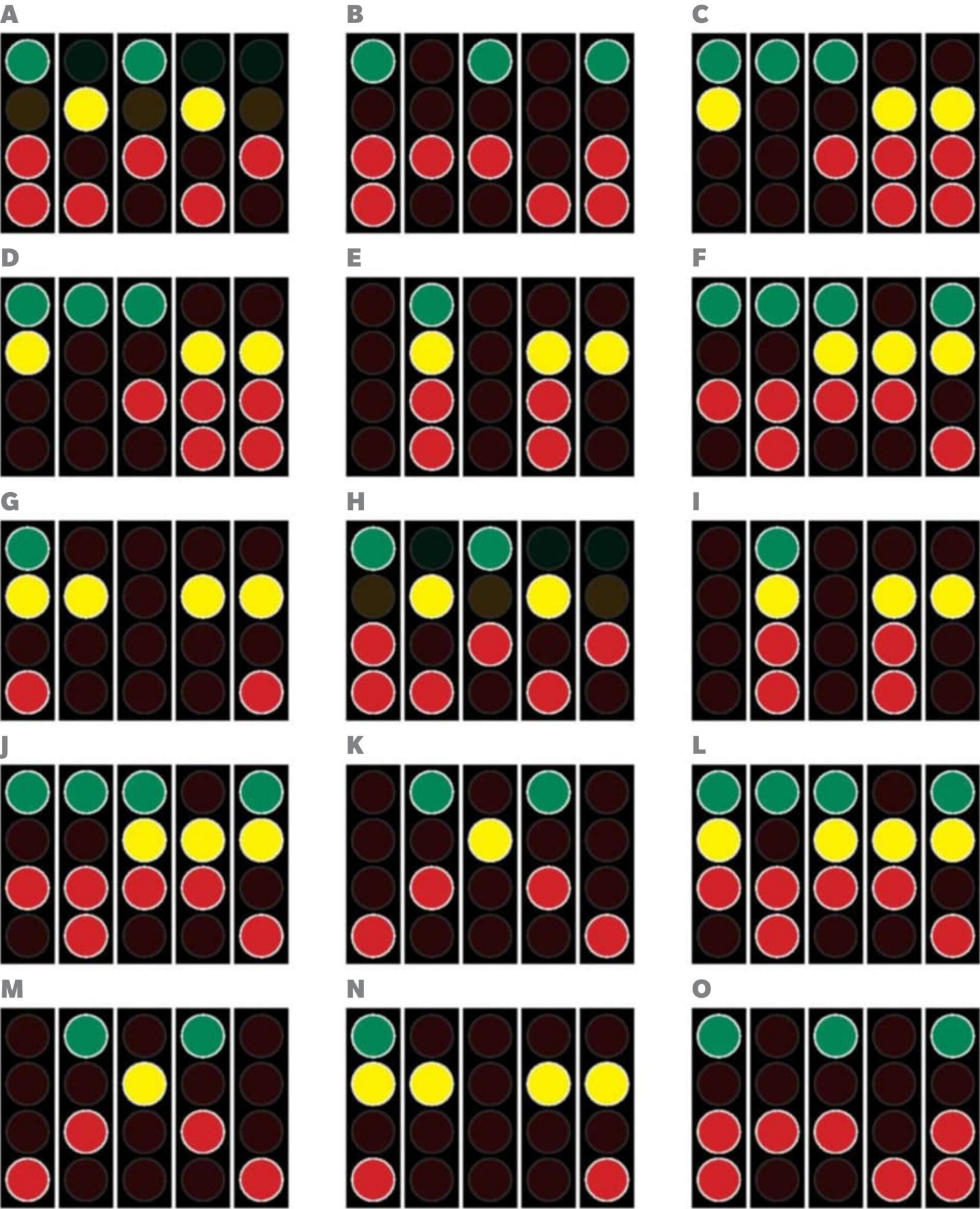
Recorre esta sinuosa carretera partiendo de la flecha roja. En los cruces, sigue recto. ¿Cuántas veces debes girar a la derecha?



TODOS LOS JUEGOS SON PROPIEDAD DE READER'S DIGEST

Semáforos

A continuación hay siete pares de semáforos idénticos y un semáforo que no tiene gemelo. ¿Cuál es?



Lechuzas

Coloca las lechuzas A, B, C y D en las casillas del 1 al 4 respetando el orden lógico de esta secuencia.

	1	2	
	3	4	

A

B

C

D

SOLUCIONES

Semáforos

L no tiene gemelo.

Lechuzas

1 A, 2 C, 3 B, 4 D.

Dos búhos idénticos

nunca se encuentran

uno al lado del otro, ni

siguiera en diagonal.

Plantillas de

animales

D. En la sombra de esta

silueta, la pata está

doblada en un ángulo

diferente.

!En camino!

La carretera gira a la

derecha 29 veces.



1. Los musicales han marcado la historia artística de Hollywood. Uno de ellos logró acumular el mayor número de premios Óscar en una sola edición. ¿Cuál fue ese musical?

- a) West Side Story
- b) Chicago
- c) Cabaret
- d) Cantando bajo la lluvia

2. El sueño de volar se convirtió en realidad a principios del siglo XX, cuando dos hermanos lograron patentar y probar la primera aeronave controlada y motorizada. ¿Quiénes fueron?

- a) Santos Dumont
- b) Wright
- c) Zeppelin
- d) Lilienthal

3. El continente americano se caracteriza por su gran actividad volcánica. ¿Cuál de sus países concentra el mayor número de volcanes activos?

- a) Chile
- b) Guatemala
- c) México
- d) Nicaragua

4. Un hallazgo accidental revolucionó la medicina al dar inicio a la era de los antibióticos, salvando millones de vidas. ¿Quién descubrió la penicilina en 1928?

- a) Louis Pasteur
- b) Robert Koch
- c) Alexander Fleming
- d) Jonas Salk

5. En el siglo XIX apareció una obra que combinaba fantasía, juegos de lógica y sátira, convirtiéndose en un clásico de la literatura infantil. ¿Quién fue el autor de *Alicia en el País de las Maravillas*?

- a) J. M. Barrie
- b) Hans Christian Andersen
- c) Lewis Carroll
- d) Charles Dickens

6. La década de 2010 estuvo marcada por plataformas digitales de streaming. En ese período, una canción se consagró como la más reproducida en Spotify. ¿Cuál fue?

- a) Shape of You – Ed Sheeran
- b) Despacito – Luis Fonsi
- c) Blinding Lights – The Weeknd
- d) Rolling in the Deep – Adele

7. Las leyendas vikingas narran que el dios Thor utilizaba un arma poderosa capaz de provocar truenos y rayos. ¿Cómo se llama este martillo mítico?

- a) Gungnir
- b) Andúril
- c) Mjöltnir
- d) Excalibur

8. La llamada Guerra de los Cien Años enfrentó durante más de un siglo a dos grandes potencias europeas.

¿Qué países participaron?

- a) Inglaterra y España
- b) Francia y Alemania
- c) Inglaterra y Francia
- d) Portugal e Italia

9. Inspirados en los juegos de la Antigüedad, a fines del siglo XIX se celebró la primera edición de los Juegos Olímpicos modernos. ¿En qué año fue?

- a) 1880
- b) 1896
- c) 1900
- d) 1912

10. Entre las siete maravillas del mundo antiguo y moderno, las culturas precolombinas dejaron construcciones impactantes. ¿Qué ciudadela maya es reconocida como una de ellas?

- a) Tikal
- b) Palenque
- c) Chichén Itzá
- d) Copán

11. Más que una simple bebida, el té en Japón representa hospitalidad. ¿Cómo se conoce a su tradicional ceremonia?

- a) Ikebana
- b) Chanoyu
- c) Kintsugi
- d) Hanami

12. ¿Cuál es el órgano principal del cuerpo humano que filtra la sangre y elimina desechos a través de la orina?

- a) Pulmones
- b) Riñones
- c) Hígado
- d) Bazo

13. La informática dio un salto fundamental en los años 80. ¿En qué año se lanzó la primera versión de Microsoft Windows?

- a) 1981
- b) 1985
- c) 1989
- d) 1990

14. Uno de los grandes representantes del impresionismo francés pintó escenas de bailarinas con trazos llenos de movimiento. ¿Qué obra es una de las más famosas de Edgar Degas?

- a) La clase de danza
- b) Impresión, sol naciente
- c) El almuerzo de los remeros
- d) La noche estrellada

15. La rendición alemana puso fin a la Segunda Guerra Mundial. Este hecho tuvo lugar en una ciudad donde se firmó el acta oficial en 1945. ¿Dónde ocurrió?

- a) Berlín
- b) París
- c) Reims
- d) Moscú

Respuestas: 1. a) West Side Story. 2. b) Wright. 3. c) México. 4. c) Alexander Fleming. 5. c) Lewis Carroll. 6. a) Shape of You - Ed Sheeran. 7. c) Mjøltnir. 8. c) Inglaterra y Francia. 9. b) 1896. 10. c) Chichén Itzá. 11. b) Chanoyu. 12. b) Riñones. 13. b) 1985. 14. a) La clase de danza. 15. c) Reims.

VOCABULARIO



“...**es hermoso** oír la ronda
de las letras, en torno
a la palabra abrazadora: C-o-m-p-a
ñ-e-r-o-s-. Es como un sol sonoro.”
(Blas de Otero, *Pido la paz y la palabra*)

Salvador Gutiérrez Ordóñez,
de la Real Academia Española (RAE)

1. morrena **A** Parte no aprovechable de un mineral. **B** Materiales de erosión que arrastra un glaciar. **C** Morro de una lancha.

2. bioma **A** Comunidad ecológica que comparte flora y fauna características. **B** Masa vegetal apta para la producción energética. **C** Parte exterior de la biosfera.

3. farallón **A** Persona desordenada. **B** Fármaco radiológico. **C** Roca escarpada sobre el mar.

4. sincronía **A** Sentimiento empático hacia los necesitados. **B** Melodía que inicia un programa. **C** Coincidencia en el tiempo.

5. parodia **A** Glándula de la boca. **B** Imitación burlesca. **C** Vibración isócrona.

6. injerencia **A** Injuria, insulto. **B** Intervención en un asunto ajeno. **C** Imprudencia desmedida.

7. sortilegio **A** Suerte en los juegos de azar. **B** Encantamiento, hechizo. **C** Adorno con sortijas enlazadas.

8. cabotaje **A** Navegación costera entre los puertos de un mismo país. **B** Período de mando de un cabo. **C** Atadura con cabos en superficie de cuero.

9. almadraba **A** Calendario con predicción del tiempo. **B** Red y sistema especial en la pesca de atunes. **C** Alma o espíritu que vaga tras la muerte.

10. mesura **A** Resultado de una medición. **B** Predicción para los meses de un año. **C** Moderación en el comportamiento.

11. encono **A** Cono invertido. **B** Animadversión insistente y duradera. **C** Elogio, alabanza.

12. ornato **A** Nacido en orfanato. **B** Orientación opuesta al ocaso. **C** Ornamentación.

Vocabulario

RESPUESTAS

1. morrena (B) Materiales de erosión que arrastra un glaciar: “Este tipo de tsunamis se generan por el desprendimiento de la morrena del glaciar”.

2. bioma (A) Comunidad ecológica que comparte flora y fauna características: “Odiar a la ministra porque impide el avance de la explotación de la Amazonia y de todos los biomas”.

3. farallón (C) Roca escarpada sobre el mar: “...provoca la existencia de acantilados, miradores y farallones donde no ha podido llegar el ladrillo”.

4. sincronía (C) Coincidencia en el tiempo: “La alteración afectará a la sincronía entre el tiempo astronómico y el marcado por los relojes atómicos”.

5. parodia (B) Imitación burlesca: “...su puesta en escena se acercó más bien a una parodia”.

6. injerencia (B) Intervención en un asunto ajeno: “El periodismo unipersonal de Jorge Ramos se revela como un antídoto contra cualquier tentación de injerencia”.

7. sortilegio (B) Encantamiento, hechizo: “El protagonista es un aprendiz

que decide aprovechar la ausencia de su maestro para experimentar con los sortilegios que le ha visto usar”.

8. cabotaje (A) Navegación costera entre los puertos de un mismo país: “...doblan este accidente geográfico, clave en la navegación de cabotaje en el Mare Nostrum desde el 31 de enero de 1865”.

9. almadraba (B) Red y sistema especial en la pesca de atunes: “Se trata de un encantador y tranquilo pueblecito de pescadores donde aún se instala cada año una almadraba de atún”.

10. mesura (C) Moderación en el comportamiento: “...pero cuya admiración sin mesura naufragó por la violencia arrolladora de sus personalidades”.

11. encono (B) Animadversión insistente y duradera: “...la Francia de la Tercera República se precipitaba en el derrotismo y se desgarraba en enconos políticos”.

12. ornato (C) Ornamentación: “Esa ubicua moralización de la historia convertía el silencio en el ornato de la mujer y la casa y el telar en su lugar natural y escuela de virtud”.

Puntuación

5 - 7: podría estar mejor

8 - 10: correcto

11 - 12: excelente

PRÓXIMO MES



La magia de la Navidad

Muchas cosas cambian, pero los niños siguen soñando con la magia en Navidad.

Nadar en el hielo

La experiencia espiritual de nadar en aguas heladas que se practica en aguas abiertas.

Los naufragos del Bourbon Rhode

Lo que sucedió en medio del Atlántico cuando se desató uno de los huracanes más potentes del siglo.

Sobrevivir al invierno

Consejos para estimular el ánimo y potenciar nuestra energía en la temporada de frío.

ÚLTIMA RISA





Pistola de lavado de ALTA PRESIÓN

PRESS & CLEAN

¿Tarda horas en lavar el coche y nunca queda como le gustaría? ¿Suciedad en el exterior de su casa difícil de limpiar?

¿Mangueras que siempre acaban enredadas, no llegan donde necesita y el agua no sale con suficiente presión?

Con Press & Clean ¡no habrá suciedad que se resista!

Press & Clean usa la misma tecnología de las “aparatosas” hidrolimpiadoras con cable, pero transformada en una máquina recargable y sin cables que puede llegar a cualquier sitio.

Compacta, portátil y sin cables

Ahorre agua y electricidad

**Poder de limpieza profesional
¡muy fácil de usar!**



VENTANAS, CANALONES, CORNISAS...



BICIS, JUGUETES...



TERRAZAS, EXTERIORES...



COCHES, MOTOS...

INCLUYE:

- Batería recargable ion-litio larga duración + Cargador
- Cañón largo alcance
- Manguera presurizada con filtro
- Dispensador jabón
- Adaptador botellas
- 2 Boquillas atomizadoras (modo presión/cortina).
- Maletín

Potencia 150w
Tensión nominal: 21V
Salida agua: 2,4 l/m.

PRESS & CLEAN
SUPER OFERTA
40% DESCUENTO:
ANTES 119€
AHORA SÓLO 69€
(más 4,90€ por gastos de envío)
902 107 902

Oferta válida solo para Península, Baleares y Canarias
Radio.net.pe



¡Y un Maletín para guardarlo todo!

GALERIA
DEL COLECCIONISTA

Avda. de Manoteras, 50 • 28050 Madrid

www.galeriadelcoleccionista.com

EY08



FOTO: MARATÓN DE CHICAGO © PUJI / STOCK.ADOBE.COM

Hasta que las piernas aguanten

← página 72

Revistas.PeruRadio.net.pe